

ਹਉਮੈ ਤੋਂ 'ਤੂੰ ਹੀ' ਵੱਲ

ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਨੇਕੀ

ਹਉਮੈ ਤੋਂ 'ਤੂੰ ਹੀ' ਵੱਲ

ਇਸ ਲੇਖਕ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਪੁਸਤਕਾਂ :

ਪੰਜਾਬੀ :

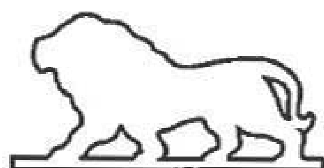
- *ਅਰਦਾਸ : ਦਰਸ਼ਨ, ਰੂਪ ਤੇ ਅਭਿਆਸ*
- *ਵਿਸ਼ਵ ਅਰਦਾਸ*
- *ਸਦਾ ਵਿਗਾਸ*
- *ਗੁਰਮਤਿ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ*
- *ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਿਸੰਦੜਿਆ ਦੁਰਮਤਿ ਵੰਞੈ*

English :

- *The Spiritual Heritage of the Punjab*
- *A Pilgrimage to Hemkunt (Illustrated)*
- *The Prophet of Devotion (Illustrated)*
- *The Divine Intimations : Nitnem*
- *Basking in the Divine Presence : Jāp Sāhib*
- *In the Footsteps of Guru Gobind Singh (Illustrated)*
- *Ardas of the Sikhs : A Distinctive Prayer*
- *Guru Granth Sahib and Its Context (Edited)*
- *Poetics of Guru Granth Sahib (in press)*

ਹਉਮੈ ਤੋਂ 'ਤੂੰ ਹੀ' ਵੱਲ

ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਨੇਕੀ



ਸਿੰਘ ਬ੍ਰਦਰਜ਼
ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

HAUMAIN TOṄ TŪṄ HĪ VALL

[The Sikh Way to Overpower the Evil of Ego]

by

JASWANT SINGH NEKI
52, HEMKUNT COLONY, NEW DELHI - 110 048
TELE : 011-2643 2690 MOB : 098716-28810
E-mail : jsneki@gmail.com Website : www.jsneki.com

ISBN 81-7205-514-5

ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਮਈ 2014

ਮੁੱਲ : 300-00 ਰੁਪਏ

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ :

ਸਿੰਘ ਬ੍ਰਦਰਜ਼

•

ਬਜ਼ਾਰ ਮਾਈ ਸੇਵਾਂ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ - 143 006

•

S.C.O. 223-24, ਸਿਟੀ ਸੈਂਟਰ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ - 143 001

E-mail : singhbro@vsnl.com

Website : www.singhbrothers.com

ਛਾਪਕ :

ਪ੍ਰਿੰਟਵੈੱਲ, 146, ਇੰਡਸਟ੍ਰੀਅਲ ਫ਼ੋਕਲ ਪੁਆਇੰਟ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

ਗੁਰਪੁਰਵਾਸੀ

ਪੂਜ ਮਾਤਾ ਸੀਤਾ ਵੰਤੀ ਜੀ

ਦੀ ਪਾਵਨ ਯਾਦ ਨੂੰ

ਸਮਰਪਿਤ

ਕਦੇ ਤਾਂ ਤਨਹਾਈ ਨੂੰ ਆਵਾਜ਼ ਮਾਰੋ,
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਲਾਮ ਕਰੋ।
ਵੇਖੋ,
ਤੁਹਾਡੀ ਆਤਮਾ ਦਾ ਲਿਬਾਸ ਕੈਸਾ ਹੈ!
ਤਕੜੇ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਸੀਨੇ ਦੀ
ਗੁਫਾ ਅੰਦਰ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋਵੋ,
ਤੇ ਉਥੇ ਜੋ ਕੁਝ ਪਿਆ ਮਿਲੇ,
ਉਸ ਨੂੰ ਉਲਟਾਅ ਪੁਲਟਾਅ ਕੇ
ਵੇਖਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੋ।

—ਅਨਾਮਿਕ

ਤਤਕਰਾ

ਮੁਖ ਸ਼ਬਦ

ਪਹਿਲਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾ ਤਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ 'ਮੈਂ' ਕਹਿੰਦਾ ਸਾਂ, ਨਾ 'ਮੈਂ' ਸਮਝਦਾ ਹੀ ਸਾਂ। ਬਚਪਨ ਵਿਚ ਬੜੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾਲ ਸਿੱਖਿਆ ਕਿ ਮੈਂ 'ਮੈਂ' ਹਾਂ। ਫਿਰ ਇਹ 'ਮੈਂ' ਇਤਨੀ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਚੰਬੜ ਗਈ ਕਿ ਇਸ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਵੀ ਕਹਿਣਾ ਅਸੰਭਵ ਹੋ ਗਿਆ।

ਫਿਰ ਇਹ 'ਮੈਂ' ਵਸਤਾਂ ਅਤੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਉਪਰ ਆਪਣੀ ਮਾਲਕੀ ਜਤਾਉਂਦੀ ਹੋਈ 'ਮੇਰੀ ਅਥਵਾ ਮੇਰਾ' ਬਣ ਗਈ। ਫਿਰ ਜਦ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਮਾਲਕੀ ਉਹਨਾਂ ਵਸਤਾਂ ਉਪਰ ਇਸ ਨੂੰ ਅਪ੍ਰਵਾਨ ਹੋ ਗਈ ਤਾਂ 'ਮੈਨੂੰ' ਦਾ ਜਨਮ ਹੋ ਗਿਆ।

'ਮੈਂ', 'ਮੇਰਾ' ਅਤੇ 'ਮੈਨੂੰ' ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਝਗੜਿਆਂ-ਝਮੇਲਿਆਂ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨ ਬੜੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਵਾਪਰਨ ਲੱਗਾ। ਇਸ 'ਮੈਂ' ਤੋਂ ਮੈਂ ਦੁਖੀ ਹੋ ਗਿਆ, ਪਰ 'ਮੈਂ' ਕਹੇ ਬਿਨਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਇਹ ਵੀ ਨਾ ਕਹਿ ਸਕਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਇਸ ਤੋਂ ਦੁਖੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਇਸ 'ਮੈਂ' ਦਾ ਗ਼ੁਲਾਮ ਹੋ ਗਿਆ ਸਾਂ।

ਹੁਣ ਸੋਚਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਵੇਖਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਉਪਰੋਕਤ ਵਾਕ ਵਿਚ 'ਮੈਂ' ਪਦ ਦੋ ਵਾਰੀ ਆਇਆ ਹੈ – ਪਹਿਲਾ ਮੈਂ ਤੇ ਦੂਜਾ 'ਮੈਂ' ਹੋ ਕੇ। ਮੈਨੂੰ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ ਕਿ ਪਹਿਲੇ ਬਿਨਾਂ ਤਾਂ ਮੈਥੋਂ ਗੱਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਇਹ ਪਹਿਲੀ ਮੈਂ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਇਕ ਪੜਨਾਂਵ ਸੀ, ਜੋ ਮੇਰੀ ਵਿਆਕਰਣਕ ਲੋੜ ਸਮਝੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਝੋਂ ਕੋਈ ਕਥਨ ਵੀ ਕਰਨਾ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸੰਭਵ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਉੱਤਮ-ਪੁਰਖ ਹੋ ਕੇ ਇਹ ਮੈਂ ਹਰ 'ਤੂੰ' ਨੂੰ ਮੱਧਮ-ਪੁਰਖ ਤੇ ਹਰ 'ਉਹ' ਨੂੰ ਅਨਯ-ਪੁਰਖ ਆਖ ਕੇ ਆਪਣੇ ਬੋਲਾਂ ਦੀ ਵਿਆਕਰਣਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਿਭਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ।

ਪਰ 'ਮੈਂ' ਦੀ ਪਕੜ ਮੇਰੇ ਉਪਰ ਵਿਆਕਰਣਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧੀਕ ਹੋ ਗਈ। ਇਹ ਹਰ 'ਤੂੰ' ਨਾਲ ਬਿਦਣ ਨੂੰ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿੰਦੀ, ਤੇ ਹਰ 'ਉਸ' ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ ਕਰ ਕੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀ। ਮੇਰੀ ਆਚਰਣਕ ਅਵੰਨਤੀ ਦਾ ਇਹ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਗਈ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਮੈਂ ਇਸ 'ਮੈਂ' ਤੋਂ ਦੁਖੀ ਹੋਣ ਲੱਗਾ ਸਾਂ।

ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਮੈਂ ਇਸ 'ਮੈਂ' ਨੂੰ ਇਕ ਅਤਿ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ 'ਤੂੰ' (ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ) ਲਿਆ ਖੜਾ ਕੀਤਾ। ਉਸ ਤੂੰ ਨਾਲ ਨਾ ਇਹ ਲੜ-ਝਗੜ ਹੀ ਸਕਦੀ ਸੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਸੀ। ਸਗੋਂ ਉਸ ਤੋਂ ਡਰਦਿਆਂ ਇਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਸਪੁਰਦਗੀ ਵਿਚ ਦੇ ਕੇ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਦਾ ਯਤਨ

ਅਰੰਭ ਦਿੱਤਾ। ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬੜੀ ਲਾਭਦਾਇਕ ਵੀ ਸੀ ਤੇ ਅਤਿਅੰਤ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਵੀ। ਹੁਣ ਨਾ ਕੋਈ 'ਤੂੰ' ਤੇ ਨਾ ਕੋਈ 'ਉਹ' ਇਸ ਨੂੰ ਚੁਣੌਤੀ ਦੇ ਸਕਦੀ ਸੀ। ਸੋ ਮੇਰੀ 'ਮੈਂ' ਨੇ **'ਤੂੰ ਹੀ! ਤੂੰ ਹੀ'** ਕਹਿਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਇਉਂ ਇਸ ਦੇ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਡਰ ਤੌਖ਼ਲੇ ਬੇਅਸਰ ਹੋ ਗਏ।

ਪਰ ਇਹ ਪਰਿਵਰਤਨ ਆਸਾਨ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਕਈ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੇ ਯਤਨ ਬਾਅਦ ਵੀ ਮੈਂ ਇਸ 'ਮੈਂ' ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਿਆ। ਪਰ ਇਸ ਅੱਧੀ-ਅਧੂਰੀ ਸਫਲਤਾ ਨਾਲ ਤੇ ਕਈ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਨਾਲ ਇਤਨੀ ਕੁ ਸਮਝ ਆ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਪੂਰੀ ਸਫਲਤਾ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਅੱਧੀ-ਪਚੱਧੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਤੁਰਨ ਲਈ ਕੀ ਕੁਝ ਹੋਰ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪੂਰੀ ਸਫਲਤਾ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਸੋਝੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਹੀ ਦਾਸ ਨੇ *ਹਉਮੈ ਤੋਂ 'ਤੂੰ ਹੀ'* ਵੱਲ ਦੀ ਬਾਤ ਪਾਉਣ ਦਾ ਹੌਂਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ – ਇਸ ਆਸ ਨਾਲ ਕਿ ਸੁਹਿਰਦ ਪਾਠਕ ਇਸ ਅੱਧੇ-ਅਧੂਰੇ ਦੀ ਬਾਤ ਵੀ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਨਿਵਾਜਣਗੇ।

ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਨੇਕੀ

ਉਥਾਨਿਕਾ

ਮੈਂ ਕੌਣ ਹਾਂ ?

ਰਾਤ ਸੌਣ ਲੱਗਿਆਂ ਮੈਂ ਲਾਓ-ਤਜ਼ੇ ਦਾ ਇਹ ਕਥਨ ਪੜ੍ਹਿਆ, "ਜੋ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਵਿਦਵਾਨ ਹੈ। ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਬਿਬੇਕੀ ਹੈ।" ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਤੜਕੇ ਜਦ ਮੈਂ ਜਾਗਿਆ ਤਾਂ ਲਾਓ-ਤਜ਼ੇ ਦਾ ਉਹ ਕਥਨ ਚੇਤੇ ਆ ਗਿਆ ਤੇ ਮੰਜੇ 'ਤੇ ਪਿਆ ਪਿਆ ਹੀ ਮੈਂ ਸੋਚਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਕਿ "ਮੈਂ ਕੌਣ ਹਾਂ ?"

ਤਦ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰੋਂ ਲੜੀਵਾਰ ਕਈ ਉੱਤਰ ਉਤਪੰਨ ਆਣ ਹੋਏ। "ਮੈਂ ਆਦਮੀ ਹਾਂ – ਛੇ ਫ਼ੁੱਟ ਲੰਮਾ", "ਪੰਜਾਬੀ ਹਾਂ", "ਡਾਕਟਰ ਹਾਂ", "ਮੈਂ ਸੋਚਦਾ ਹਾਂ", "ਮੈਂ ਬੀਮਾਰਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦਾ ਹਾਂ", "ਸੇਵਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ।" ਜਦ ਮੈਂ ਇਹਨਾਂ ਉੱਤਰਾਂ ਪੁਰ ਧਿਆਨ ਲਾਇਆ ਤਾਂ ਜਾਪਿਆ ਕਿ ਹਰੇਕ ਉੱਤਰ ਵਿਚ ਵਰਤਦੀ 'ਮੈਂ' ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਹੈ – ਕਦੇ ਤਾਂ ਇਹ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਕਦੇ ਵਤਨ ਨਾਲ, ਕਦੇ ਕਿੱਤੇ ਨਾਲ, ਕਦੇ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਨਾਲ, ਕਦੇ ਕਾਰਜ ਨਾਲ, ਤੇ ਕਦੇ ਇੱਛਾ ਨਾਲ। ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ, "ਕੀ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਸੱਚਮੁੱਚ ਇਤਨੀਆਂ 'ਮੈਂਆਂ' ਵਿਚਰਦੀਆਂ ਹਨ ? ਤਦ ਜਾਪਿਆ, ਜਿਵੇਂ 'ਮੈਂ' ਕੋਈ ਸਥਾਈ ਸ਼ੈ ਨਹੀਂ, ਕੇਵਲ *ਮੈਂਆਂ* ਦਾ ਇਕ ਵਹਾਓ ਹੈ। ਕੀ ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਪਿੱਛੇ ਕੋਈ ਹੋਰ 'ਸਾਂਝੀ ਮੈਂ' ਵੀ ਵਰਤ ਰਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਥਾਈ ਹੈ ?"

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੀ ਪੁੱਛ ਬੈਠਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਕੌਣ ਹਾਂ ? ਇਸ ਨੇ ਤਾਂ ਉੱਤਰਾਂ ਦਾ ਇਕ ਸਿਲਸਿਲਾ ਹੀ ਅੱਗੇ ਤੋਰ ਦਿੱਤਾ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਉੱਤਰ ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਵਕਤੀ ਜਹੇ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਹੀ ਨਮੂਨੇ ਸਨ। ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਐਸੇ ਵਕਤੀ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ – ਸਥਿਤੀਆਂ, ਕਲਪਨਾਵਾਂ, ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ, ਇਰਾਦਿਆਂ ਆਦਿ ਦਾ ਸਿਲਸਿਲਾ ਹੀ ਹਾਂ, ਜਿਹੜੇ ਕਿ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਮਗਰ ਭੱਜੇ ਤੁਰੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਪਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਮੇਲ ਨਹੀਂ ? ਕੀ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਹੋਂਦ ਨਹੀਂ, ਜੋ ਮੇਰੇ ਵਿਚਾਰਾਂ, ਭਾਵਾਂ, ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਹੋਵੇ ?

ਤਦ ਇਕ ਸੋਚ ਇਹ ਉੱਠ ਖਲੋਤੀ – ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਹੱਥ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਛੂਹ ਸਕਦਾ ਤੇ ਕੋਈ ਅੱਖ ਆਪਣੀ ਨਜ਼ਰ ਨੂੰ ਆਪ ਨਹੀਂ ਵੇਖ ਸਕਦੀ ਤਾਂ ਫਿਰ ਕੋਈ ਆਪਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਛਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਇਕ ਕਹਾਵਤ ਅਨੁਸਾਰ ਮਨ ਨੂੰ ਢੂੰਡਣਾ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਯਤਨ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਸਾਰੇ ਦੇਸ ਵਿਚ ਉਸ ਘੋੜੇ ਨੂੰ ਭਾਲਦਾ ਫਿਰੇ, ਜਿਸ ਉਪਰ (ਉਹ) ਆਪ ਚੜ੍ਹਿਆ ਬੈਠਾ ਹੋਵੇ। ਪਰ, ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ

ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਕੀ ਹਰਜ ਹੈ, ਸ਼ਾਇਦ ਕੋਈ ਹੋਰ ਹੀ ਦੱਸ ਦੇਵੇ ਕਿ ਜਿਸ ਘੋੜੇ ਨੂੰ ਮੈਂ ਭਾਲਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹਾਂ, ਉਸੇ ਉਪਰ ਮੈਂ ਆਪ ਚੜ੍ਹਿਆ ਬੈਠਾ ਹਾਂ ਤੇ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸ ਦੇਵੇ ਕਿ ਉਹ ਘੋੜਾ ਹੈ ਵੀ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ।

ਫਿਰ ਮੈਂ ਧਿਆਨ ਨਾਲ, ਮੁੜ ਇਸ 'ਮੈਂ' ਦੀ ਨਿੱਜੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਨ ਲੱਗਾ ਜਾਂ ਇਉਂ ਕਹਾਂ, ਮੈਂ ਆਪਣੀ 'ਮੈਂ' ਦੀ ਅੰਦਰਲੀ ਜੜ੍ਹ ਭਾਲਣ ਲੱਗਾ। ਓਦੋਂ ਲੱਗਾ, ਜੋ ਵੀ ਵਿਚਾਰ, ਬਿੰਬ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਜਾਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਆਦਿ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਜਾਗਦੀਆਂ ਹਨ, ਮੇਰੀ 'ਮੈਂ' ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਵੀ ਹੈ। ਉਹੀ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਦੀ ਵੇਖਣਹਾਰੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। "ਤਾਂ ਕੀ ਇਹ ਵੇਖਣਹਾਰ ਹੀ 'ਮੈਂ' ਹੈ, ਜੋ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਪਿੱਛੇ ਲਗਾਤਾਰ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ?" ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਆਉਂਦਿਆਂ ਸਾਰ ਹੀ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਾ ਕਿ ਪਹਿਲੀਆਂ ਸਭ 'ਮੈਆਂ' ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਮੇਰੀ 'ਮੈਂ, ਮੈਂ!' ਅਥਵਾ 'ਹਉਮੈ' ਸਨ।

ਇਹ ਹਉਮੈ ਕਿਤਨਾ ਉੱਚਾ ਬੋਲਦੀ ਹੈ। ਮਲੇਇ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਇਕ ਅਖਾਣ ਹੈ – ਕੱਛੂ-ਕੁੰਮੀ ਸੈਂਕੜੇ ਅੰਡੇ ਦੇ ਕੇ ਵੀ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਕੁੱਕੜੀ ਇਕ ਅੰਡਾ ਦੇ ਕੇ ਹੀ ਕੁੜ-ਕੁੜ ਕਰਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਹਉਮੈ ਕਿਤਨਾ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ, ਕਿਤਨਾ ਉੱਚਾ ਤੇ ਕਿਤਨਾ ਦਰੋਗ਼ ਵੀ ਬੋਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਝੂਠ ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਬੋਲਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਕਦਮ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ, 'ਮੈਂ, ਮੈਂ' ਵਾਲੀ ਇਹ ਹਉਮੈ ਹੀ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਜਾ ਜੁੜਦੀ ਹੈ – "ਇਹ ਮੇਰੀ ਪੱਗ ਹੈ", "ਇਹ ਮੇਰੀ ਕਾਇਆ ਹੈ", "ਇਹ ਮੇਰਾ ਘਰ ਹੈ", "ਇਹ ਮੇਰਾ ਵਤਨ ਹੈ", ਆਦਿ। ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਵਾਂਗ ਹੀ ਇਹ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਨਾਲ ਵੀ ਜੁੜ ਸਕਦੀ ਹੈ – "ਇਹ ਮੇਰਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ", "ਇਹ ਮੇਰੀ ਇੱਛਾ ਹੈ", "ਇਹ ਮੇਰਾ ਮਨੋਰਥ ਹੈ", "ਇਹ ਮੇਰਾ ਇਰਾਦਾ ਹੈ" ਆਦਿ। ਤਦ ਮੈਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕੀਤਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਇਹ 'ਮੈਂ' ਵਸਤਾਂ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ 'ਮੇਰਾ ਜਾਂ ਮੇਰੀ' ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। "ਇਹ ਹਉਮੈ ਹੀ ਹੈ, ਜੋ 'ਮੇਰੀ' ਬਣ ਕੇ ਵਸਤਾਂ ਉਪਰ ਮੇਰਾ ਹੱਕ ਆਰੋਪਿਤ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।" ਇਉਂ ਅਸੀਂ ਮੇਰੀ-ਮੇਰੀ ਕਰਦੇ, ਅਨਿਸਚਿਤਤਾ ਵਿਹਾਜਦੇ, ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਪੈਂਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ :

ਹਉ ਹਉ ਕਰਤ ਬੰਧਨ ਮਹਿ ਪਰਿਆ ਨਹ ਮਿਲੀਐ ਇਹ ਜੁਗਤਾ॥

(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 642)

ਪਰ ਮੈਂ ਕਰਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ? ਇਹ ਮੇਰਾ ਪਿੱਛਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦੀ। ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸੀ, ਸੌਂ ਕੇ ਉਠਿਆ ਤਾਂ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਨੀਂਦ ਵੀ ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਖੱਪਾ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕੀ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਨੀਂਦ ਵਿਚ ਵੀ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੋਵੇ। ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ, "ਕੀ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ?" ਪਰ ਇਹ ਤਾਂ ਸਮਾਧੀ ਤੋਂ ਬਾਦ ਵੀ ਪਹਿਲੇ ਵਾਂਗ ਹੀ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਤੋਂ ਬਾਦ ਵੀ ਪਰਤ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਤਦ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਇਕ ਹਾਦਸਾ ਯਾਦ ਆ ਗਿਆ। ਉਸ ਹਾਦਸੇ ਵਿਚ ਮੇਰੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਟੁੱਟ ਗਈਆਂ ਸਨ। ਬਿਸਤਰੇ 'ਤੇ ਪਿਆ ਮੈਂ ਸੋਚ ਰਿਹਾ ਸਾਂ, ਇਕ ਖ਼ਾਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕੋਸ਼ੇ ਆਪਣੀ ਆਰਾਮਗਾਹ ਵਿੱਚੋਂ ਉੱਠ ਖਲੋਤੇ ਹੋਣਗੇ ਤੇ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਚੂਨਾ ਭਾਲਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹੋਣਗੇ। ਜਿਥੋਂ ਚੂਨਾ ਲੱਭਦਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਚੁੱਕ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹੋਣਗੇ ਤੇ ਲਿਆ ਕੇ ਉਥੇ ਸੁੱਟੀ ਜਾਣਗੇ, ਜਿਥੇ ਹੱਡੀਆਂ ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਉਤਨਾ ਚਿਰ ਪਾਈ ਜਾਣਗੇ, ਜਦ ਤਕ ਹੱਡੀਆਂ ਜੁੜ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀਆਂ। ਜਦ ਕੰਮ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਤਾਂ ਕਿਤੇ ਜਾ ਕੇ ਸੌਂ ਜਾਣਗੇ। ਤਦ ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ, ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਚੂਨਾ ਕਿਥੇ ਪਿਆ ਹੈ, ਕਿਵੇਂ ਢੋਅ ਕੇ ਲਿਆਉਣਾ ਹੈ, ਕਦ ਤਕ ਪਾਈ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਕੋਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਮਾਲੂਮ ਹੈ। ਤਦ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਾ, ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਮੇਰੀ ਚੇਤਨਾ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਕੋਸ਼ੇ-ਜੁਟਾਂ ਦੀ ਵੀ ਆਪਣੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਚੇਤਨਾ ਹੋਣੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਕੋਈ ਵੱਖਰੀ ਪਰ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਚੇਤਨਾ ਉਹਨਾਂ ਅੰਦਰ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹੋਵੇਗੀ। ਤਦ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਾ ਕਿ ਮੇਰੇ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਤਾਂ ਅਨੇਕਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ 'ਮੈਆਂ' ਮੌਜੂਦ ਹਨ।

ਸਭ ਤੋਂ ਅਭਿਰਿਠ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ 'ਮੈਂ' ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਹੀ 'ਮੇਰਾ' ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੀ, ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਸਰੀਰਾਂ ਦੀ ਭੀੜ ਵਿੱਚੋਂ ਇਸ ਨੂੰ ਅਲੱਗ ਵੀ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਇਹੋ ਨਹੀਂ, ਆਪਣੇ ਵੱਖਰਿਆਏ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨਾਮ, ਸਮੇਂ ਤੇ ਸਥਾਨ ਦੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਜੋੜ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਇਕ ਹੈਰਤ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਡੀ ਹੈਰਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਮੇਰੀ 'ਮੈਂ' ਵੀ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਸਮੇਤ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਇਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਥਾਨ ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਂ ਸਾਂਭਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਇਹ 'ਮੈਂ' ਕੇਵਲ ਆਪ ਹੀ ਵਸਤਾਂ, ਵਿਚਾਰਾਂ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜਾ ਜੁੜਦੀ, ਸਗੋਂ ਵਸਤਾਂ-ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੀ ਤਰਫ਼ ਖਿੱਚ ਕੇ, ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਚੰਬੋੜ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਇਹ 'ਮੈਂ', 'ਮੈਨੂੰ' ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਕਹਿੰਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ, "ਮੈਨੂੰ ਕਪੜੇ ਦਿਓ", "ਮੈਨੂੰ ਪੈਸਾ ਚਾਹੀਦੈ", "ਮੈਨੂੰ ਹਿਸਾਬ ਸਿਖਾਓ" ਆਦਿ। ਇਥੇ ਵੀ ਹਉਮੈ ਹੀ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਹੀ ਸਭ ਕੁਝ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਲੋੜਾਂ-ਥੋੜਾਂ ਸਭ ਇਸੇ ਦੀਆਂ ਹੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

'ਮੈਂ' ਜਦੋਂ 'ਮੇਰਾ' ਜਾਂ 'ਮੇਰੀ' ਵਿਚ ਤਹਿਵੀਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮੋਹ-ਗ੍ਰਸਤ ਹੋਈ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ 'ਮੈਨੂੰ' ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਲੋਭ-ਗ੍ਰਸਤ ਹੋਈ ਜਾਪਦੀ ਹੈ।[1] ਕੀ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਹਉਮੈ ਦੇ ਹੀ ਰਚਾਏ ਹੋਏ ਬੰਧਾਨ ਨਹੀਂ ?[2]

---

1. ਹਉਮੈ ਲੋਭ ਲਹਰਿ ਲਬ ਥਾਕੇ...॥ *(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 437)*
2. ਹਉ ਹਉ ਕਰਤ ਬੰਧਨ ਮਹਿ ਪਰਿਆ ਨਹ ਮਿਲੀਐ ਇਹ ਜੁਗਤਾ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 642)*

ਇਥੇ ਅਪੜ ਕੇ, ਇਕ ਹੋਰ ਵਿਚਾਰ ਉੱਠ ਖਲੋਤਾ। ਮੈਂ ਬੜੀ ਵਾਰ ਕਹਿੰਦਾ ਹਾਂ, "ਮੈਨੂੰ ਗ਼ੁੱਸਾ ਆਇਆ" ਜਾਂ "ਮੈਨੂੰ ਦੁੱਖ ਲੱਗਾ"। ਜਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਮੈਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਾਕਾਂ ਦੀ ਬਣਤਰ ਬੰਨ੍ਹਦਾ ਹਾਂ, ਉਸ ਤੋਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਗ਼ੁੱਸੇ ਪਾਸ 'ਆਉਣ' ਦਾ ਕੋਈ ਸਾਧਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੁਖ ਪਾਸ 'ਲੱਗਣ' ਦਾ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੇ ਕਿ "ਮੈਂ ਗ਼ੁੱਸਾ ਕੀਤਾ" ਜਾਂ "ਮੈਂ ਦੁਖ ਮਨਾਇਆ" ? ਮੈਨੂੰ ਇਉਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਇਆ ਜਿਵੇਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਬੋਲੀ ਦੀਆਂ ਵਿਭਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਕ ਵਿਚ ਵਰਤ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਕਹਾਂ, "ਮੈਂ ਗ਼ੁੱਸਾ ਕੀਤਾ" ਜਾਂ "ਮੈਂ ਦੁਖੀ ਹੋਇਆ" ਤਾਂ ਕਸੂਰ ਮੇਰਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਆਖਾਂ, "ਮੈਨੂੰ ਗ਼ੁੱਸਾ ਆਇਆ" ਜਾਂ "ਮੈਨੂੰ ਦੁਖ ਲੱਗਾ" ਤਾਂ ਕਸੂਰ ਗ਼ੁੱਸੇ ਜਾਂ ਦੁਖ ਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਚਾਲਾਕੀ ਵੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਸਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੋਸ਼-ਮੁਕਤ ਹੀ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਔਗੁਣ ਤਾਂ ਸਦਾ ਉਸ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਔਗੁਣ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਸਾਡੀ ਪਿੱਠ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਜਾ ਲੁਕੋਂਦੀ ਹੈ।

ਇਥੇ ਇਕ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ, ਅੱਧੀ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮੇਰੀ ਆਯੂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਪੜ੍ਹਦਿਆਂ-ਪੜ੍ਹਾਉਂਦਿਆਂ ਲੰਘ ਗਈ, ਤੇ ਮੈਂ ਅੱਜ ਸੋਚਣ ਬੈਠਾ ਹਾਂ ਕਿ "ਮੈਂ ਕੀ ਹਾਂ, ਮੈਂ ਕੌਣ ਹਾਂ ?" ਤਦ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਾ ਕਿ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ 'ਮੈਂ' ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ – ਵਿਚਾਰ, ਬੋਧ, ਅਨੁਭਵ, ਇੱਛਾ ਆਦਿ – ਬਾਰੇ ਹੀ ਸੋਚਵਾਨ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਇਹਨਾਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਕਰਤੇ 'ਮੈਂ' ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਸੋਚ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਹੈਰਾਨੀ ਵੀ ਹੋਈ ਅਤੇ ਖੇਦ ਵੀ। ਖੇਦ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਕਿ ਮੈਂ ਇਸੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਹਾਂ।

ਇਹਨਾਂ ਸੋਚਾਂ ਵਿਚਾਲਿਓਂ ਸਹਿਜ ਹੀ ਇਹ ਚੇਤੇ ਆ ਗਿਆ ਕਿ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਮਨੋਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੇ ਤਾਂ ਈਗੋ (ਹਉਂ) ਬਾਰੇ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਪਰ ਜਦ ਗਹੁ ਨਾਲ ਸੋਚਿਆ ਤਾਂ ਲੱਗਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਰੋਕਾਰ ਵੀ ਹਉਂ ਦੇ ਵਲੇਵਿਆਂ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਹੁੱਜਤਾਂ, ਚਾਲਾਕੀਆਂ, ਦੁਰਬਲਤਾਵਾਂ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਰੋਗਾਤਮਕਤਾ ਅਤੇ ਵਿਕਾਰਾਤਮਕਤਾ ਨਾਲ ਹੀ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਅਸਲੇ ਤੋਂ ਉਹ ਵੀ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਹੋਏ।

ਤਦ ਸਹਿਵਨ ਮੇਰਾ ਧਿਆਨ, ਪੁਰਾਤਨ ਭਾਰਤੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵੱਲ ਚਲਾ ਗਿਆ। ਉਸ ਅੰਦਰ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦੇ ਦੋ ਭਾਗ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ – ਇਕ ਬਾਹੀਯਕਰਣ ਅਤੇ ਦੂਜਾ ਅੰਤਹਕਰਣ। ਬਾਹੀਯਕਰਣ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੇ (ਜਾਂ ਖ਼ਬਰੇ, ਅਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੇ) ਤੇ ਕਰਮ ਇੰਦਰੇ (ਜਾਂ ਖ਼ਬਰੇ, ਕੁਕਰਮ ਇੰਦਰੇ) ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅੰਤਹਕਰਣ ਵਿਚ ਮਨ, ਚਿੱਤ, ਬੁੱਧੀ ਅਤੇ ਅਹੰਕਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮੈਂ ਸੋਚਣ ਲੱਗਾ ਕਿ ਜਿਸ ਨੂੰ 'ਮੈਂ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਉਸ ਦਾ ਬਾਹੀਯਕਰਣ ਨਾਲ ਤਾਂ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਸਮੁੱਚਾ ਅੰਤਹਕਰਣ ਵੀ 'ਮੈਂ' ਨਹੀਂ ਜਾਪਦਾ। ਇਹ 'ਮੈਂ' ਕਿਧਰੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਭਾਗ 'ਅਹੰਕਾਰ' ਤਾਂ ਨਹੀਂ ? ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਅਰਥ ਤਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਹੰ (ਮੈਂ) ਨੂੰ ਘੜਨ ਵਾਲਾ[3]। ਇਸ ਲਈ, ਇਹ 'ਮੈਂ' ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ,

3. ਜਿਵੇਂ ਕੁੰਭਕਾਰ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ—ਕੁੰਭ (ਘੜਾ) ਘੜਨ ਵਾਲਾ ਜਾਂ ਸਵਰਨਕਾਰ ਦਾ ਅਰਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ—ਸਵਰਨ (ਸੋਨਾ) ਘੜਨ ਵਾਲਾ।

ਫਿਰ ਇਹ 'ਮੈਂ' ਹੈ ਕੀ ਸ਼ੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਅਹੰਕਾਰ ਘੜਦਾ ਹੈ ? ਤਦ ਇਸ ਦਾ ਕੋਈ ਉੱਤਰ ਨਾ ਔਹੜਿਆ।

ਤਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਕੇਵਲ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਗੱਲ ਹੋਵੇ। 'ਮੈਂ' ਵੀ ਤੇ 'ਅਹੰ' ਵੀ, ਆਖ਼ਰ ਸ਼ਬਦ ਹੀ ਤਾਂ ਹਨ। ਤਾਂ ਫਿਰ ਸ਼ਾਇਦ ਅਹੰਕਾਰ ਕੇਵਲ ਇਸ ਸ਼ਬਦ 'ਅਹੰ' ਨੂੰ ਘੜਨ ਵਾਲਾ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਬਲ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਉਪਕਰਣ ਹੀ ਹੋਵੇ। ਕਈ ਵਿਚਾਰਕਾਂ ਨੇ 'ਮੈਂ' ਅਥਵਾ ਆਪੇ ਦੀ ਇਕਾਈ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਇਕ ਨਕਲੀ ਜਾਂ ਬਨਾਵਟੀ ਸੰਕਲਪ ਮੰਨਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ, ਭਾਸ਼ਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਐਪਰ, ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ, ਅਸੀਂ ਤਾਂ 'ਮੈਂ' ਪਦ ਉੱਤਮ ਪੁਰਖ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਬਨਾਵਟੀ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਇਸ ਪਾਸ ਤਾਂ ਇਕ ਅਵਿਰਲ ਲਗਾਤਾਰਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹੁਣ ਮੈਂ ਇਸ 'ਮੈਂ' ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਬਾਰੇ ਨਵੇਂ ਸਿਰੇ ਸੋਚਣ ਲੱਗਾ। ਉਦੋਂ ਇਸ ਦੀ 'ਪੁਰਖਤਾ' ਵੀ ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਗਈ ਜਾਪੀ। ਇਉਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਇਆ, ਜਿਵੇਂ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਸੁਰਤਿ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ 'ਮੈਂ' ਕਹਿਣ ਦੀ ਆਦੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਆਪਣੀ ਸੁਰਤਿ ਨੂੰ ਹੀ ਅਸਾਂ 'ਮੈਂ' ਆਖਣ ਦਾ ਦਸਤੂਰ ਬਣਾ ਲਿਆ ਹੈ। ਤਦ ਮੈਂ ਇਸ 'ਮੈਂ' ਦੀ ਏਕਤਾ ਤੇ ਲਗਾਤਾਰਤਾ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਲੱਗਾ। ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ, ਹੁਣੇ ਤਾਂ ਸੋਚ ਕੇ ਹਟਿਆ ਹਾਂ ਕਿ ਸਰੀਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਗਾਂ ਪਾਸ ਆਪਣੀ ਨਵੇਕਲੀ ਚੇਤਨਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਸਮੁੱਚ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਫਿਰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਪਾਸ ਏਕਤਾ ਹੋ ਸਕਣ ਦਾ ਕੋਈ ਸਬੱਬ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ। ਕੀ ਇਹ 'ਮੈਂ' ਇਕ ਝਰੋਖਾ ਹੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ, ਜਿਸ ਥਾਣੀ ਹਰ ਆਦਮੀ ਸੰਸਾਰਕ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਵੇਖਦਾ ਹੈ ? ਜੇਕਰ ਇਉਂ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਅਸੀਂ ਇਸ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ? ਫਿਰ ਸੋਚਿਆ, ਇਹ ਤਾਂ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਅੱਖ ਆਪਣੀ ਨਜ਼ਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੀ, ਪਰ ਮੇਰੀ 'ਮੈਂ' ਸ਼ਾਇਦ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੇਖ ਸਕਣ ਦੀ ਕਲਾ ਰੱਖਦੀ ਹੋਵੇ।

ਫਿਰ ਫੁਰਿਆ 'ਮੈਂ' ਦੀ ਲਗਾਤਾਰਤਾ ਦਾ ਇਕ ਕਾਰਨ ਸਾਡਾ ਚੇਤਾ ਵੀ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਝੱਟ ਹੀ ਇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਰ ਉੱਠ ਪਿਆ, ਇਸ ਚੇਤੇ ਦਾ ਮਾਲਕ ਕੌਣ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਇਹ ਚੇਤਾ ਹੈ ? ਚੇਤੇ ਨੂੰ ਦਿਮਾਗ਼ ਵਿਚ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਥਾਏਂ ਲੱਭਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਿਆ। ਤੁਸਾਂ ਹੁਣੇ ਜੋ ਜਲੂਸ ਵੇਖਿਆ, ਕੁਝ ਚਿਰ ਮਗਰੋਂ ਵੀ ਇਸ ਜਲੂਸ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਤੁਹਾਡੇ ਮਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਉਘੜ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤਸਵੀਰ ਇਤਨੀ ਦੇਰ ਕਿਥੇ ਰਹੀ ?

ਫ਼ਰਜ਼ ਕਰੋ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੇਖਦਾ ਪਿਆ ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਵੀ ਤੇ ਮੇਰੀ ਅੱਖ ਵਿਚ ਇਸ ਦਾ ਬਿੰਬ ਵੀ ਦੋਵੇਂ ਪਦਾਰਥਕ ਸ਼ੈਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਸਥਾਨ ਹੋਣਾ ਅਵੱਸ਼ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਇਸ ਬਿੰਬ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਚੱਲੀਏ ਤਾਂ ਜੋ ਗਿਆਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਸਥਾਨ ਤਾਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਗਿਆਨ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਕਿਸੇ ਸਥਾਨ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਕਿਸੇ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ *ਰੌਸ਼ਨੀ ਦੀ ਹੋਂਦ ਮੇਰੇ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਝ,*

ਮੈਂ ਆਪ ਹੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਹਾਂ। ਉਸ ਦਾ ਭਾਵ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੇ ਪਾਸ ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਵੀ ਹੈ। 'ਮੈਂ' ਵੀ ਹਾਂ ਤੇ ਮੇਰਾ ਗਿਆਨ ਵੀ ਹੈ। ਬਾਹਰਲੇ ਸੰਸਾਰ 'ਚੋਂ ਜੋ ਮੂਰਤਾਂ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਮੇਰੀ 'ਮੈਂ' ਉਹਨਾਂ ਸਭ ਦੀ ਛਾਂਟੀ ਕਰਦੀ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖ਼ਾਨਿਆਂ ਵਿਚ ਛਾਂਟ ਕੇ ਸਾਂਭੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਛਾਂਟੀ ਵੀ ਤਾਂ ਇਕ ਕਲਾ ਹੈ। ਕੀ ਮੇਰੀ 'ਮੈਂ' ਇਸ ਦੀ ਨਿਪੁੰਨ ਕਲਾਕਾਰ ਹੈ?

ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ, ਮੈਂ ਹੀ ਹਾਂ ਜੋ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅੰਦਰ ਸਾਰੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਸਮੇਟ ਸਕਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹਾਂ। ਤਾਂ ਫਿਰ ਕੀ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਹੀ ਖੋਜ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ?

ਜੋ ਬ੍ਰਹਮੰਡੇ ਸੋਈ ਪਿੰਡੇ ਜੋ ਖੋਜੈ ਸੋ ਪਾਵੈ॥

(ਧਨਾਸਰੀ ਪੀਪਾ ਜੀ, ਪੰਨਾ 695)

ਤਦ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਾ, ਇਸ 'ਮੈਂ' ਬਾਰੇ ਮੈਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਹੀ ਕੁਝ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮੈਂ ਅੰਤਰ ਧਿਆਨ ਹੋਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਨ ਲੱਗਾ। ਅੱਖਾਂ ਮੂੰਦ ਲਈਆਂ। ਬਾਹਰ ਦਾ ਜਗਤ ਅਲੋਪ ਹੋ ਗਿਆ। ਅੰਦਰ ਇਕ ਹਨੇਰਾ ਜਿਹਾ ਵਰਤ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਲੇਸ-ਮਾਤਰ ਲਾਲੀ ਤੇ ਰਤਾ ਜਿਹੀ ਪਿਲੱਤਣ ਭਾਅ ਮਾਰ ਰਹੀ ਸੀ। ਪਰ ਵਿਚਾਰ ਅਜੇ ਵੀ ਲਗਾਤਾਰ ਚੱਲ ਰਹੇ ਸਨ। ਯਾਦਾਂ ਉਪਜਦੀਆਂ ਤੇ ਬਿਨਸਦੀਆਂ, ਸੋਚਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਤੇ ਜਾਂਦੀਆਂ, ਕਦੇ ਕਦੇ ਕੋਈ ਬਿੰਬ ਜਿਹਾ ਵੀ ਉਭਰ ਖਲੋਂਦਾ। ਇਹ ਆਵਾਜਾਈ ਇਕਸਾਰ ਬਣੀ ਹੋਈ ਸੀ।

ਓਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਇਕ ਦ੍ਵੰਦ ਜਿਹੇ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤੀ ਹੋਣ ਲੱਗੀ – ਚੇਤਨਾ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸਾਮੱਗਰੀ ਵਿਚਾਲੇ ਦਾ, ਸਾਖੀ ਤੇ ਸਾਖਿਆਤ ਵਿਚਾਲੇ ਦਾ ਦ੍ਵੰਦ। ਮੈਨੂੰ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ, ਸਾਖੀ ਦਾ ਸਥਾਨ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਥਮ ਹੋਣਾ ਹੈ। ਸਾਡੀ 'ਮੈਂ' ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਲਈ ਸਾਡੀ ਸੀਮਿਤ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਹੀ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਐਪਰ, ਜਦ 'ਮੈਂ' ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੁੰਦੀ, ਤਾਂ ਵੀ ਪਦਾਰਥਕ ਸੰਸਾਰ ਤਾਂ ਕਾਇਮ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਕਈ ਵਿਚਾਰਕਾਂ ਭਾਣੇ 'ਚੇਤਨਾ' *ਇਕ ਸ਼ਬਦ* ਹੈ, ਜੋ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਗੁਣ ਦੀ ਅਭਿਵਿਅੰਜਨਾ ਲਈ ਘੜਿਆ ਗਿਆ – ਜਿਵੇਂ ਪਾਣੀ, ਦੁੱਧ, ਤੇਲ ਦੇ ਸਾਰੇ ਗੁਣ ਲਈ ਸ਼ਬਦ 'ਤਰਲਤਾ' ਬਣਿਆ ਹੈ। ਤਰਲਤਾ ਦੀ ਆਪਣੀ ਨਿਵੇਕਲੀ ਹੋਂਦ ਤਾਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਤਾਂ ਕੁਝ ਵਸਤਾਂ ਦਾ ਇਕ ਸਾਂਝਾ ਗੁਣ ਹੀ ਦੱਸਦਾ ਹੈ। ਇਵੇਂ 'ਮੈਂ' ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਜੋੜਨ ਖ਼ਾਤਰ ਇਕ ਸੰਬੰਧ-ਵਾਚਕ ਸ਼ਬਦ ਹੋਣਾ ਹੈ, ਹੋਰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਦੀ ਆਪਣੀ ਨਵੇਕਲੀ ਕੋਈ ਹੋਂਦ ਪ੍ਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ।

ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਇਕ ਅਜੀਬ ਉਲਝਣ ਵਿਚ ਪਾ ਦਿੱਤਾ। ਉਹ ਇਸ ਕਾਰਨ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਤਾਂ ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਾ ਹੈ ਕਿ 'ਮੈਂ ਹਾਂ'। ਇਹ ਸੋਚ ਕੇ ਕਿ 'ਮੈਂ' ਪਦ ਕੇਵਲ ਇਕ ਸੰਬੰਧ-ਵਾਚਕ ਸ਼ਬਦ ਹੈ, ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਵੀ ਗ਼ੈਰ-ਹਾਜ਼ਰ ਜਾਪਣ ਲੱਗੀ। ਐਸਾ ਨਤੀਜਾ ਨਾ ਮੇਰੀ ਅਕਲ ਨੂੰ ਗਵਾਰਾ ਸੀ, ਨਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਮੇਰੀ ਲਗਨ ਨੂੰ। ਪਰ ਫਿਰ ਸੋਚਿਆ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਮੇਰੀ 'ਮੈਂ' ਅਸਲੋਂ ਇਕ ਭਰਮ ਹੀ ਹੋਵੇ! ਪਰ ਜੇ ਇਹ ਕੇਵਲ ਇਕ ਭਰਮ ਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੀ ਇਸ ਦੇ

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਭਰਮ-ਜਾਲ ਵਿਚ ਫਸਾ ਲਿਆ ? ਉਹ ਕਿਵੇਂ ? ਫਿਰ ਤਾਂ ਇਹ ਭਰਮ ਹਕੀਕਤ ਦੀ ਬੜੀ ਸਫਲ ਨਕਲ ਉਤਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹਕੀਕਤ ਜਿਹਾ ਵਿਹਾਰ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਰਮ ਜੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੱਚਾ ਹੋਣ ਦਾ ਯਕੀਨ ਵੀ ਦਿਵਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੜਾ ਸਫਲ ਨਕਲੀਆ ਹੋਣਾ ਹੈ। ਪਰ ਬੰਦਾ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਇਸ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਹੀ ਤਾਂ ਜਾਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਸੱਚਮੁੱਚ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਕਈ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਇਹੋ ਮੰਨੀ ਤੁਰਿਆ ਆਇਆ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਵੀ ਇਸੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਹੀ ਨਿਭਾਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੰਜ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਹਕੀਕਤ ਹੈ ਵੀ ਤਾਂ ਐਵੇਂ ਜਿਹੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਭਰਮ ਸਾਡੀਆਂ ਸਭ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੋਰ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ? ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਭਰਮ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ ਵੀ ਹੋਵੇ ਤੇ ਸਦੀਵ-ਕਾਲੀ ਵੀ ਤਾਂ ਫਿਰ ਉਸ ਨੂੰ ਹਕੀਕਤ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਨਿਖੇੜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਜ਼ਿਕਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ :

ਨਰਪਤਿ ਏਕੁ ਸਿੰਘਾਸਨਿ ਸੋਇਆ ਸੁਪਨੇ ਭਇਆ ਭਿਖਾਰੀ ॥
ਅਛਤ ਰਾਜ ਬਿਛੁਰਤ ਦੁਖੁ ਪਾਇਆ ਸੋ ਗਤਿ ਭਈ ਹਮਾਰੀ ॥

(ਸੋਰਠਿ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ, ਪੰਨਾ 657)

ਪਰ ਸੁਪਨੇ ਵਿਚ ਭਿਖਾਰੀ ਹੋ ਗਏ ਇਸ ਰਾਜੇ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਜੇ ਕੋਈ ਭਿਖਾਰੀ ਸੁਪਨੇ ਵਿਚ ਰਾਜਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਕੀ ਅੰਤਰ ਹੈ ? ਦੋਵੇਂ ਸੁਪਨੇ ਦਾ ਭਰਮ ਹੀ ਵੇਖ ਰਹੇ ਹਨ।

ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਾ ਕਿ ਚੇਤਨਾ ਜੋ ਵੀ ਹੈ, ਸਾਨੂੰ ਵਸਤਾਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਭਰੀ ਹੋਈ ਹੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਕੀ ਵਸਤਾਂ-ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਲਾਗ ਤੋਂ ਮੁਕਤ, ਕੋਈ ਚੇਤਨਾ ਨਹੀਂ - ਐਸੀ ਚੇਤਨਾ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਸਤ ਜਾਂ ਵਿਚਾਰ ਤੋਂ ਹਟ ਕੇ, ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਹੀ ਜਾਣੂ ਹੋਵੇ ? ਐਸੀ ਚੇਤਨਾ ਜ਼ਰੂਰ ਅਪੁਰਖ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵਿਆਪਕ ਵਿਸ਼ਵ-ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਅੰਸ਼-ਮਾਤਰ ਹੀ ਹੋਵੇ। "ਕਿਤੇ ਇਹ ਆਤਮਾ ਹੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ", ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ, "ਜੋ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਅੰਸ਼-ਮਾਤਰ ਹੈ ?" ਪਰ, ਆਤਮਾ ਤਾਂ ਕਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ 'ਮੈਂ' ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੀ। ਫਿਰ ਇਹ 'ਮੈਂ' ਕੀ ਹੈ ? 'ਮੈਂ' ਵਾਸਤਵ ਵਿਚ ਕੌਣ ਹਾਂ ? ਇਥੇ ਅਪੜ ਕੇ, ਮੇਰੇ ਗਿਆਨ ਤੇ ਮੇਰੇ ਤਰਕ ਨੇ ਹਥਿਆਰ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤੇ।

ਫਿਰ ਵੀ ਮੈਂ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ 'ਮੈਂ' ਸ਼ਬਦ ਵਰਤਦਿਆਂ ਸੁਣਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਇਕ ਅਦੁੱਤੀ ਰਚਨਾ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਹੀ ਇਕ ਐਸਾ ਜੀਵ ਹੈ, ਜੋ 'ਮੈਂ' ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੀ ਨਵੇਕਲੀ ਹਸਤੀ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਜਿੱਤਦਾ ਹੈ ਉਹ ਤਾਕਤਵਰ ਗਿਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੋ ਆਪਣੀ 'ਮੈਂ' ਨੂੰ ਜਿੱਤ ਕੇ ਵਸੀਕਾਰ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸ਼ਕਤੀਵਾਨ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਪਰ ਇਹ 'ਮੈਂ' ਹੈ ਕੀ ? ਹੈ ਕਿਥੇ ? ਹੈ ਕੌਣ ? ਕਿਤੇ ਇਹ ਮਿਥਿਆ ਤਾਂ ਨਹੀਂ - ਇਕ ਐਸਾ ਝੂਠ, ਜੋ ਬੰਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਬੋਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਜਿਸ ਉਪਰ ਲਗਾਤਾਰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵੀ ਕਰੀ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ?

ਕੁਦਰਤ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਕਦੇ ਧੋਖਾ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੀ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਪ ਹੀ ਧੋਖਾ ਦੇ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ 'ਮੈਂ' ਕਿਧਰੇ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਆਪ-ਸਹੇੜਿਆ ਧੋਖਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ?

ਮੈਂ ਅਜੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ, ਇਹ 'ਮੈਂ' ਹੈ ਕੀ, ਪਰ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਮੈਂ ਜੋ ਝਾਤ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਮਾਰੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਬੜਾ ਕੁਝ ਉਹ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਸਾਂ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਾਂ ਇਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਨਿਮਰਤਾ ਸਿਖਾਈ ਹੈ। ਉਹ 'ਮੈਂ' ਜਿਸ ਵੱਲੋਂ ਮੈਨੂੰ ਇਤਨਾ ਅਭਿਮਾਨ ਹੈ, ਉਹ ਸ਼ਾਇਦ ਨਿਰਾ ਭਰਮ ਹੋਵੇ – ਇਸ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਮੈਂ ਝੁਠਲਾ ਨਹੀਂ ਸਕਿਆ। ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਲਈ 'ਮੈਂ' ਪਦ ਵਰਤਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ, ਉਸ ਵਰਗਾ ਦੂਜਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਪਰ, ਇਹ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਸਾਹਵੇਂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਡਰਦਾ ਹਾਂ। ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਵੇਖਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ, ਸਹਾਰਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ, ਬੜਾ ਭੈ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਾ, ਜੋ ਫ਼ਾਸਲਾ ਮੇਰਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਹੈ, ਉਹ ਆਕਾਸ਼ ਨਾਲ ਮੇਰੀ ਦੂਰੀ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧੇਰੇ ਹੈ। ਪਰ ਮੇਰੀ ਮਜਬੂਰੀ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਜਿਥੇ ਵੀ ਚਲਾ ਜਾਵਾਂ, ਇਹ ਬਲਾ (ਮੈਂ) ਹਰੇਕ ਥਾਂ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਹੀ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਮਨੁੱਖ ਜੇ ਚਾਹੇ ਵੀ ਤਾਂ ਆਪਣੀ 'ਮੈਂ' ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਉਹ ਤਾਂ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਪਛਾਣਦਾ ਹੈ – 'ਮੈਂ' ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਖੜੇ ਨੂੰ 'ਤੂੰ' ਅਤੇ ਗ਼ੈਰ-ਹਾਜ਼ਰ ਨੂੰ 'ਉਹ' ਆਖ ਕੇ। ਪਰ, ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇਕ ਐਸਾ ਸਥਾਨ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਉਹ ਨਿੱਪਟ ਇਕੱਲਾ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ। ਉਥੇ ਉਸ ਦਾ ਕੋਈ ਸਾਥੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਕੋਈ ਵਿਰੋਧੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ – ਸਿਵਾਏ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ। ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਇੰਜ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ 'ਮੈਂ'-'ਮੇਰਾ'-'ਮੈਨੂੰ' ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ-ਬਾਹਰੋਂ ਜਕੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਸੋਚ-ਸਾਚ ਕੇ ਮੈਂ ਇਸ ਨਤੀਜੇ 'ਤੇ ਪੁੱਜਾ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ 'ਮੈਂ' ਦੀ ਹਨੇਰੀ ਕਾਲ-ਕੋਠੜੀ ਵਿਚ ਉਮਰ ਕੈਦ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਕੱਟ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਸਮਝ ਆ ਜਾਵੇ ਕਿ 'ਮੈਂ'-'ਮੇਰਾ'-'ਮੈਨੂੰ' ਦਾ ਚੱਕਰ ਸਾਨੂੰ ਐਵੇਂ ਘੁਮਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਸੀਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਇਸ ਚੱਕਰ ਵਿਚ ਪਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਕ ਸ਼ਰਮ ਜਹੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਸਹਿਵਨ ਹੀ ਭਗਤ ਸਧਨਾ ਜੀ ਦੇ ਇਹ ਬੋਲ ਚੇਤੇ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

ਮੈ ਨਾਹੀ ਕਛੁ ਹਉ ਨਹੀ ਕਿਛੁ ਆਹਿ ਨ ਮੋਰਾ ॥
ਅਉਸਰ ਲਜਾ ਰਾਖਿ ਲੇਹੁ ਸਧਨਾ ਜਨੁ ਤੋਰਾ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਸਧਨਾ ਜੀ, ਪੰਨਾ 858)*

ਇਸ ਅਵਸਰ ਦੀ ਲੱਜਾ ਨਾਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਸਤਿਗੁਰੂ। ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਆਉਂਦਿਆਂ ਹੀ ਮੇਰੀ ਖੋਜ ਪਹਿਲਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵੱਲ, ਫਿਰ ਸੂਫ਼ੀ ਸਾਹਿੱਤ ਵੱਲ ਤੇ ਫਿਰ ਪੂਰਬੀ ਤੇ ਪੱਛਮੀ ਦਰਸ਼ਨ ਦੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਅਨੇਕਾਂ ਸੋਚਣੀਆਂ ਵੱਲ ਜਾ ਰੁਚਿਤ ਹੋਈ। ਉਸ ਸਾਰੀ ਵਿਚਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਜੋ ਵੀ ਅੰਤਰ-ਸੋਝੀਆਂ ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈਆਂ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਿਖ ਕੇ ਪ੍ਰਬੁੱਧ ਪਾਠਕਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਬਣਿਆ। ਹੱਥਲਾ ਯਤਨ ਇਸੇ ਇਰਾਦੇ ਦਾ ਫਲ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਕੀ ਹੈ ?

ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਆਮ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਨਿਵੇਕਲੀ ਹੋਂਦ ਦੀ ਐਸੀ ਸੋਝੀ ਸਮਝਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਸਮੁੱਚ ਤੋਂ ਵੱਖਰਿਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਅੰਦਰ ਇਹ ਇਹਸਾਸ ਦਿਵਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਂ ਭਾਵੇਂ ਬਦਲਦਾ ਆਇਆ ਹੈ ਤੇ ਸਥਾਨ ਭਾਵੇਂ ਤਬਦੀਲ ਹੁੰਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ (ਹਉਮੈ) ਲਗਾਤਾਰ ਉਹੀ ਦੀ ਉਹੀ ਬਣੀ ਰਹੀ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨੂੰ ਇਹੋ ਭਾਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਚੇਤਨਾ ਦੀਆਂ ਸਭਨਾਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ – ਜਾਗ੍ਰਤ, ਸੁਪਨ, ਸੁਖੋਪਤੀ, ਤੁਰੀਆ – ਥਾਣੀ ਇਕੋ-ਹਾਰ ਲੰਘਦੀ ਉਹ ਐਸੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਹੋਂਦ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ 'ਮੈਂ' ਕਹਿ ਕੇ ਪਛਾਣਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਦੂਜੇ 'ਤੂੰ' ਕਹਿ ਕੇ ਪੁਕਾਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਜੇ ਪੁੱਛੀਏ ਕਿ "ਇਹ ਹੈ ਕੀ ਵਸਤੂ ?" ਤਾਂ ਸਭ ਨੂੰ ਇਕ ਵੱਡੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਖੜੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਹਨੇਰੇ ਵਰਗੀ ਹੈ। ਹਨੇਰੇ ਨੂੰ ਵੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਮਹਿਸੂਸ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਸਾਡਾ ਰਾਹ ਵੀ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਹੈ ਕੇਵਲ ਅਭਾਵ – ਚਾਨਣ ਦਾ ਅਭਾਵ। ਇਸ ਦੀ ਆਪਣੀ ਤਾਂ ਕੋਈ ਅਸਲੀਅਤ ਹੁੰਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ।

ਇਕ ਹੋਰ ਰੂਪਕ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਹਉਮੈ ਵੀ ਵਰਤਮਾਨ ਵਾਂਗ ਕੋਈ ਥਿਰ ਵਸਤੂ ਨਹੀਂ। ਵਰਤਮਾਨ ਆਪ ਤਾਂ ਛਿਨ-ਮਾਤਰ ਹੈ, ਪਰ ਵਰਤਮਾਨ ਨਿਰੰਤਰ ਬਣਿਆ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਵਾਂਗ, ਹਉਮੈ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਇਕ ਥਿਰ ਵਸਤ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਵੀ ਵਜੂਦ ਕੋਈ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਇਹ ਵੀ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਜਾਪਦੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਬਾਰੇ ਤਕਰੀਬਨ ਸਾਰੇ ਧਰਮਾਂ ਦੀ ਇਹੋ ਮਾਨਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਬੁਨਿਆਦੀ ਏਕਤਾ ਤੋਂ ਵਖਰਿਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ 'ਨਿਜ' ਤੇ 'ਪਰ', 'ਵਸਤੂ' ਤੇ 'ਅਵਸਤੂ' ਆਦਿ ਵਿਚ ਨਿਖੇੜਾ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਦ੍ਵੰਦਾਤਮਕ ਸੋਚਣੀ ਹੈ, ਜੋ ਏਕਤਾ ਨਹੀਂ ਕੇਵਲ ਅਨੇਕਤਾ ਵੇਖਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਦ੍ਵੰਦ ਕਰਕੇ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਅਸਤਿੱਤਵ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਵਿਰੋਧਤਾਈਆਂ ਥਾਣੀ ਹੀ ਵੇਖਣ ਜੋਗਾ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ, ਐਸੀ ਸੋਚਣੀ ਮਨੁੱਖੀ ਚਿੰਤਨ ਦੀ ਤਕਦੀਰ ਹੈ।

ਚਿੰਤਨ ਦੀ ਇਸ ਸ਼ੈਲੀ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਪਰਿਣਾਮ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣ ਲਈ, ਆਓ ਇਕ ਸੌਖਾ ਜਿਹਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰੀਏ। ਇਉਂ ਸਮਝੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਇਕ ਚਿੱਟਾ ਖ਼ਾਲੀ ਵਰਕਾ ਪਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਸੀਮਾ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਮੰਨ ਲਉ ਕਿ ਇਹ ਖ਼ਾਲੀ ਸਫ਼ਾ ਆਦਿ-ਕਾਲੀ ਅਭੰਗ ਤੇ ਸੰਪੂਰਨ ਹਕੀਕਤ ਦਾ ਲਖਾਇਕ ਹੈ, ਜੋ ਮੁੱਢੋਂ ਅਵਾਸਤਵਿਕ ਵੀ ਹੈ, ਸੰਕਲਪਨਾਹੀਨ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਦ੍ਵੰਦਹੀਨ ਵੀ। ਹੁਣ ਮੰਨ ਲਉ

ਇਸ ਖ਼ਾਲੀ ਸਫ਼ੇ ਉਪਰ ਤੁਸਾਂ ਇਕ ਦਾਇਰਾ ਵਾਹ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾਇਰੇ ਨਾਲ ਖ਼ਾਲੀ ਸਫ਼ੇ ਦੀ ਅਣ-ਦੂਜੈਲੀ ਹਕੀਕਤ ਉਪਰ ਇਕ ਸੰਕਲਪ ਜੜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਹੁਣ ਇਸ ਸਫ਼ੇ ਉਪਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਤੇ ਇਕ ਬਿੰਦੀ ਲਗਾਓ। ਇਹ ਬਿੰਦੀ ਤੁਸਾਂ ਕਿਥੇ ਲਾਈ ਹੈ ? ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਹੋਗੇ ਦਾਇਰੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲਾਈ ਹੈ ਜਾਂ ਕਹੋਗੇ ਦਾਇਰੇ ਦੇ ਬਾਹਰ, ਜਿਥੇ ਵੀ ਤੁਸਾਂ ਲਾਈ। ਵੇਖਿਆ ਜੇ, ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਦਾ ਦ੍ਵੰਦ ਪੈਦਾ ਹੋ ਗਿਆ ਜੇ। ਇਹ ਪਹਿਲਾਂ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਹੁਣ ਵੀ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਇਹ ਦ੍ਵੰਦ ਦਰਅਸਲ ਸਾਡੀ ਚੇਤਨਾ ਵਿਚ ਹੀ ਜਾਗਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਹੁਣ ਅਸੀਂ ਇਸ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੀ ਸੋਚਣ-ਸ਼ੈਲੀ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਦ੍ਵੰਦ ਵੇਖੀ ਜਾਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕੀਤੀ ਰੱਖੇਗੀ। ਵੱਡਾ ਵਿਅੰਗ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਦਾਇਰਾ ਵੀ ਅਸਲੋਂ ਮਨੋਕਲਪਿਤ ਹੈ। ਐਸਾ ਹੀ ਮਨੋਕਲਪਿਤ ਦਾਇਰਾ ਸਾਡੀ 'ਹਉਮੈ' ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਸੀਂ 'ਆਪ' ਹਾਂ, ਇਸ ਦੇ ਬਾਹਰ 'ਸੰਸਾਰ'। ਅੰਦਰ ਸਾਡਾ 'ਨਿੱਜ' ਹੈ, ਬਾਹਰ 'ਪਰ'।[1] ਇਹ ਦਾਇਰਾ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਹੋੜਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਸਾਨੂੰ 'ਪਰਾਏ' ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਹਮਦਰਦੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਵਰਜਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਸਾਨੂੰ ਸਰਬ-ਵਿਆਪੀ ਪਰਮ ਹੋਂਦ, ਰੱਬ ਨਾਲੋਂ ਨਖੇੜੀ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਸਭ ਵਖੇਵਿਆਂ ਦੀ ਇਹੋ ਜੜ੍ਹ ਹੈ, ਸਭ ਵਿਵਾਦਾਂ ਦਾ ਇਹੋ ਸੋਮਾ। 'ਮੈਂ' ਅਤੇ 'ਤੁਸੀਂ' ਇੱਕੋ ਨਹੀਂ, ਇੱਕੋ ਸਮਝਣ ਤੋਂ 'ਹਉਮੈ' ਦਾ ਦਾਇਰਾ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਵਰਜਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਦੁਬਿਧਾ ਇਸੇ ਦੀ ਰਚੀ ਹੋਈ ਜਾਪਦੀ ਹੈ:

ਹਉਮੈ ਬਿਆਪੈ ਦੁਬਿਧਾ ਫੈਲੁ ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 893)*

ਨਿਰੁਕਤ ਤੇ ਅਰਥ ਭੇਦ

ਹਉਮੈ ਪਦ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ ਸੰਯੁਕਤ ਸ਼ਬਦ *ਅਹੰ-ਮਤਿ* ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2] *ਅਹੰ* ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ *ਮੈਂ* ਤੇ *ਮਤਿ* ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ *ਸਮਝ*। ਸੋ ਅਹੰਮਤਿ ਦਾ ਅਰਥ ਹੋਇਆ *ਮੈਂ ਵਾਲੀ ਸਮਝ* ਅਥਵਾ *ਮੈਂ-ਪੁਣੇ ਦਾ ਭਾਵ*।

ਹਉਮੈ ਪਦ *ਅਹੰ* ਤੇ *ਮਮ* ਦੋ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਸੰਧੀ ਵਜੋਂ ਵੀ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਤੇ ਇਹ *ਮੈਂ-ਮੇਰੀ* ਦਾ ਭਾਵ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3] ਇਸ ਪਦ ਨੂੰ *ਹਉ* (ਮੈਂ) ਤੇ 'ਮੈਂ' ਦੀ ਸੰਧੀ ਵਜੋਂ ਵੀ ਕਬੂਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਅਰਥ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ *ਮੈਂ-ਮੈਂ* ਅਥਵਾ ਮੈਂ-ਪੁਣੇ ਦੀ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹਤਾ। ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜਿਸ ਪੱਖੋਂ ਵੀ ਵੇਖੀਏ, *ਹਉਮੈ* ਦਾ ਅਰਥ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ *ਪੱਕੀ ਮੈਂ*। ਇਸੇ ਨੂੰ *ਅਹੰ* ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[4]

ਇਕ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋਰ ਵੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ – ਉਹ ਇਹ ਕਿ ਹਉਮੈ ਪਦ ਅਪਭ੍ਰੰਸ਼

1. ਜੋ ਬ੍ਰਹਮੰਡੇ ਸੋਈ ਪਿੰਡੇ ਜੋ ਖੋਜੈ ਸੋ ਪਾਵੈ ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਪੀਪਾ ਜੀ, ਪੰਨਾ 695)*
2. *ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਕੋਸ਼*, ਖ਼ਾਲਸਾ ਟ੍ਰੈਕਟ ਸੋਸਾਇਟੀ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, 1929.
3. ਭਾਈ ਕਾਨ੍ਹ ਸਿੰਘ ਨਾਭਾ, *ਗੁਰਸ਼ਬਦ ਰਤਨਾਕਰ ਮਹਾਨ ਕੋਸ਼*, ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਭਾਗ ਪੰਜਾਬ, ਪਟਿਆਲਾ, 1960.
4. ਅਹੰ ਤੋਰੋ ਮੁਖੁ ਜੋਰੋ ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1306)*

ਅਹੰਮੇਉ (ਸੰਸ. ਅਹੰਮੇਵ) ਦਾ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਰੂਪ ਹੈ। 'ਅਹੰਮੇਵ' ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ *ਅਹੰਕਾਰ*। ਪਰ, ਅਹੰਕਾਰ ਦੇ ਅਰਥ ਬਾਣੀ ਵਿਚ *ਹਉਮੈ* ਤੋਂ ਕੁਝ ਨਿਖੜ ਕੇ ਖਲੋਤੇ ਜਾਪਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਕਈ ਥਾਈਂ *ਹਉਮੈ* ਪਦ ਨੂੰ *ਅਹੰਕਾਰ* ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਪਰ *ਅਹੰਕਾਰ* ਪਦ ਕਦੇ *ਹਉਮੈ* ਦੇ ਉਚੇਚੇ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਨਹੀਂ ਲੱਭਦਾ। ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਮੂਲ ਕਾਰਨ ਜ਼ਰੂਰ ਥਾਪਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਬਾਕੀ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਵੀ। ਅਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਬਾਰ ਬਾਰ ਪੰਜਾਂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਗਿਣਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਇਸ ਸੂਚੀ ਵਿਚ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ ਗਿਣਿਆ ਗਿਆ।

ਹਉਮੈ ਵਾਸਤੇ ਅਰਬੀ ਪਦ *ਖ਼ੁਦੀ* ਵੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਹੰਕਾਰ ਲਈ ਫ਼ਾਰਸੀ ਪਦ *ਗੁਮਾਨ* ਤੇ ਅਰਬੀ ਪਦ *ਗ਼ਰੂਰ* ਵੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਏ ਹਨ।

ਹਉਮੈ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਕਈ ਸਦੱਸ ਹੋਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨੀ ਬਣਦੀ ਹੈ। *ਮਾਣ* ਜਾਂ *ਅਭਿਮਾਨ* ਵੀ ਹਉ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਉਸਰਿਆ ਇਕ ਉਪਭਾਵ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਪਹਿਲੀ – ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਗੁਣਾਂ, ਕਰਮਾਂ, ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਮੰਨੀ ਧਾਰਨਾ ਰਾਹੀਂ।

ਦੂਜੀ – ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਸ ਧਾਰਨਾ ਉਪਰ ਪੂਰੇ ਉਤਰਦੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰ ਕੇ ਗੌਰਵ ਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਦੀ ਅਨੁਭੂਤੀ ਰਾਹੀਂ।

ਤੀਜੀ – ਉਸ ਧਾਰਨਾ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਸਰਵੰਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰ ਕੇ ਮਨੋਂ ਦੁਖ ਮਨਾ ਕੇ।

ਅਭਿਮਾਨ ਵਿਚ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੋਰਨਾਂ ਕੋਲੋਂ ਉੱਚੇ ਹੋਣ ਦਾ ਭਾਵ ਹੋਵੇ।

ਮਾਣ ਉਪਰ ਜੇ 'ਆਪੇ ਦਾ ਮਦ' ਹਾਵੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਇਕ ਐਸਾ ਉਪਭਾਵ ਜਗਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ *ਅਹੰਕਾਰ* ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਹੋਰਨਾਂ ਅੰਦਰ ਨਾਰਾਜ਼ਗੀ ਵਰਗੇ ਭਾਵ ਜਗਾਉਣ ਲੱਗ ਪਵੇ ਤਾਂ ਇਹ *ਹੈਂਕੜ* ਜਾਂ *ਘੁਮੰਡ* ਦਾ ਦਰਜਾ ਅਖ਼ਤਿਆਰ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਹੋਛੇ ਮਾਣ ਜਾਂ *ਗਰਬ* ਵਿਚ ਇਕ ਪਾਸੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਆਤਮ-ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੀ ਰੁਚੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਸਾ *ਗਰਬ* ਜਦੋਂ ਝਗੜਾਲੂ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ *ਗਾਰਬਵਾਦ* ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। *ਗਰਬ* ਜਾਂ *ਹੋਛੇ ਮਾਣ* ਵਿਚ ਹੋਰਨਾਂ ਕੋਲੋਂ ਉੱਚੇ ਹੋਣ ਦਾ ਭਾਵ ਅਵੱਸ਼ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅਹੰਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ ਭਾਵਨਾ *ਨਿਮ੍ਰਤਾ* ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਉਪਰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਮੁਕੰਮਲ ਅਧਿਕਾਰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਅਹੰਕਾਰੀ ਪੁਰਖ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਰੱਬ ਦੇ ਅਧੀਨ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦਾ, ਨਾ ਆਪਣੇ ਉਪਰ ਕਿਸੀ ਵੀ ਦੈਵੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਹੀ ਕਬੂਲ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਗਰਬ, ਗੁਮਾਨ, ਮਾਣ, ਅਹੰਕਾਰ, ਹੈਂਕੜ ਆਦਿ ਸਾਰੇ ਭਾਵ-ਉਪਭਾਵ ਹਉਮੈ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਦੱਸ ਹਨ। ਹਉਮੈ ਉਪਰ ਹੀ ਇਹ ਉਸਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਹਉਮੈ ਦੀ ਸਲਤਨਤ ਨੂੰ ਹੀ ਵਿਸਤਾਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਬੇਮੁਖ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।

ਇਥੇ ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਦੁਬਾਰੇ ਕਰ ਦੇਣਾ ਅਨੁਚਿਤ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਭਾਰਤੀ ਦਰਸ਼ਨ ਵਿਚ - ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਸਾਂਖ ਤੇ ਵੇਦਾਂਤ ਵਿਚ - ਅਹੰਕਾਰ ਦੇ ਜੋ ਅਰਥ ਹਨ, ਉਹ ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਪਦ ਅਹੰਕਾਰ ਨਾਲੋਂ ਹਉਮੈ ਦੇ ਵੱਧ ਸਮਾਨਾਰਥਕ ਜਾਪਦੇ ਹਨ।

ਨਿਰੁਕਤ ਰਾਹੀਂ ਜੋ ਅਰਥ-ਭੇਦ ਅਸਾਂ ਵਿਚਾਰੇ ਹਨ, ਉਸ ਤੋਂ *ਹਉਮੈ* ਦੇ ਕੁਟੰਬ ਬਾਰੇ ਤਾਂ ਕੁਝ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਪਰ ਹਉਮੈ ਦੀ ਵਿਚਲੀ ਅਸਲੀਅਤ ਕੀ ਹੈ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਨਿਸਚਿਤ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਿਆ। ਇਸ ਲਈ ਹਉਮੈ ਦੇ ਲੱਛਣ ਵਿਚਾਰਨ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

ਹਉਮੈ ਦੇ ਲੱਛਣ

ਹਉਮੈ 'ਆਪੇ' ਦੀ ਆਪੇ ਮੰਨੀ ਹੋਈ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਕੰਮ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਨਿਖੇੜਨਾ ਤੇ ਆਪਣਾ ਵੱਖਰਾਪਨ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਡੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਕੇਂਦਰ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਰੂਪਕ ਰਾਹੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਸਮਝਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਆਪਣੇ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਇਕ ਦਾਇਰਾ ਲਿਆਓ, ਜਿਸ ਦੇ ਮੱਧ ਵਿਚ ਉਸ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਹੈ ਤੇ ਬਾਹਰ ਉਸ ਦਾ ਘੇਰਾ। ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ ਹਉਮੈ ਸਮਝੋ ਤੇ ਗੋਲੇ ਨੂੰ ਸਮੁੱਚਾ ਵਿਅਕਤਿਤਵ। ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ, 'ਮੈਂ' ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ, 'ਮੈਨੂੰ' (ਮੈਂ ਨੂੰ) ਭਰੋਸਾ ਦਿਵਾਓ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਕੇਂਦਰ ਵੱਲੋਂ ਗੱਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਸਾਰੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਵੱਲੋਂ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਕੇਂਦਰ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਵੀ ਕੋਈ ਜਨ ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਅਥਵਾ ਪਛਾਣ ਆਪ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਮਹਿਸੂਸਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮਾਂ ਦਾ ਕਰਨਹਾਰਾ ਕੇਂਦਰ ਭਾਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੀ *ਹਉਂ* ਵੱਲੋਂ ਹੀ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਇਸ ਦਾ ਨਿਕਟ-ਸੰਬੰਧ ਜੁੜਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗੁਣ ਲੱਛਣ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰ ਲੈਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦਾ ਵੀ ਇਹ ਭਾਗੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਹੀਰੋ ਮੰਨ ਬੈਠਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕੀਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸਮੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਏਕੀਕਰਣ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਚਰਣਕ ਸੂਤ ਵਿਚ ਪਰੋ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਰਚਿਆ ਸਮੁੱਚ ਬਣ ਖਲੋਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਕਰਦਿਆਂ ਉਸ ਦਾ ਇਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼, ਟਿਕਾਊ ਤੇ ਨਿੱਗਰ ਰੂਪ ਬਣ ਖਲੋਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਸ ਤੋਂ ਜੋ ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਉਪਜਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਉਹ ਆਪਣੀ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਮਲਕੀਅਤ ਸਮਝਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਹਰ ਵੇਲੇ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਇਥੇ ਇਕ ਨਿਖੇੜਾ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰਨਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਇਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਇਕਾਈ ਹੈ, ਜੋ ਪੱਛਮੀ ਸਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਦੀ ਨਿਖੜਵੀ ਸੋਝੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਪਾਸ ਆਪਣੀਆਂ ਨਿੱਜੀ ਤਾਂਘਾਂ, ਇਰਾਦੇ, ਟੀਚੇ, ਆਦਰਸ਼, ਵਿਉਂਤਾਂ ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਹਨ। ਐਸੇ ਆਪੇ ਵਾਲਾ ਪੁਰਖ, ਇਕ ਸੀਮਾਬੱਧ ਹਉਮੈ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ ਤੇ ਇੱਛਾਵਾਂ ਉਸ ਦੀ ਆਪਣੀ ਨਿਵੇਕਲੀ ਹੋਂਦ ਸਥਾਪਤ ਕਰ ਦੇਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਕੇਂਦਰ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਭਾਵਾਂ, ਮਨੌਤਾਂ ਤੇ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਇਕਮੁੱਠ ਕਰ, ਇਕ ਸੰਜੁਗਤ ਰੂਪ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਦੇਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਮਸਨੂਈ ਕੇਂਦਰ ਸਮਸਤ ਭੌਤਿਕ ਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਚੌਗਿਰਦੇ ਤੋਂ ਨਿਖੜ ਖਲੋਂਦਾ ਹੈ। ਪੱਛਮੀ ਸਭਿਆਚਾਰ ਦੀਆਂ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਉਂਤਾਂ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਅਤਿਅੰਤ ਖ਼ੁਦਮੁਖ਼ਤਾਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਐਸੀ ਖ਼ੁਦਮੁਖ਼ਤਾਰ ਹਉਮੈ ਪੂਰਬੀ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਵਿਚ ਕੁਝ ਚਿਰ ਪਹਿਲਾਂ ਤਕ ਬਿਲਕੁਲ ਵੇਖਣ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਸੀ ਆਈ। ਭਾਰਤ ਤੇ ਜਾਪਾਨ ਵਿਚ ਇਕ ਸੰਜੁਗਤ 'ਅਸੀਂ' ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਵਿਚ ਸਮੋਈ ਹੋਈ ਹੁੰਦੀ ਸੀ, ਜੋ ਉਪਰੋਕਤ ਪੱਛਮੀ ਅਨੁਭਵ ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਹੋਂਦ ਹੈ। ਪੂਰਬੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਪੱਖ ਨਿਪਟ ਨਿੱਖੜਵਾਂ ਨਾ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਵੀ ਕਿਸੇ ਹੱਦ ਤਕ ਆਪਣੀ ਨਿਵੇਕਲੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਵੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਰਤਾ ਹੋ ਕੇ ਜਤਾਉਂਦਾ ਵੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਇਸ ਵਿਚ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾ ਇਕਮੁੱਠਤਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਸ ਦੀ ਖ਼ੁਦਮੁਖ਼ਤਾਰੀ ਤੇ ਆਤਮ-ਸੰਪੰਨਤਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਬਹੁਤੀ ਬਲਵਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਪੂਰਬੀ ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁਟੰਬ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਦੇ ਅਧੀਨ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਦਾ ਵਿਕਾਸ

ਪੱਛਮੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ ਕਿ ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਸੰਪੂਰਨ ਰੂਪ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਸੁਭਾਵ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਵਾਤਾਵਰਣ 'ਚੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਦੁਖ ਤੇ ਸੁਖ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜਨ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਭੁੱਖ ਜਾਂ ਤਿਖਾ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਂ ਦੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਤੋਂ ਦੁੱਧ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਲੱਭਣੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹਨ। ਉਸ ਦੇ *ਆਪੇ* ਤੋਂ ਵੱਖ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦ ਉਹ ਰਿੜ੍ਹਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੂਹੇ ਦੀ ਦਹਿਲੀਜ਼ ਨਾਲ ਜਾ ਵੱਜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਰਦ ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਨਹੀਂ, ਬਾਹਰੋਂ ਆਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਦੁਖ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਰਹਿੰਦੇ ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਦੁਖ-ਸੁਖ ਤੋਂ ਉਪਜਿਆ ਆਪੇ ਦਾ ਇਹ ਇਹਸਾਸ, ਉਸ ਮੁੱਢਲੇ ਇਹਸਾਸ ਨਾਲੋਂ ਭਿੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਹੋਣ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਸਮਝੋ, ਇਹ ਇਹਸਾਸ ਆਪਣੀ 'ਹੋਂਦ' ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਦੀ ਛਾਇਆ ਜਿਹਾ

ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਛਾਇਆ ਦੀ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਤਾਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪਰ ਮੌਜੂਦ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਵੇਂ ਹੀ ਹਉਮੈ ਅਸਲੋਂ ਛਾਇਆ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ – ਆਪਣੇ ਅਸਤਿਤਵ ਦੀ। ਵਾਸਤਵ ਵਿਚ ਇਹ ਇਕ ਦੁਜੈਲੀ ਸੋਝੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਸੁਤੰਤਰ ਵਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਹਉਮੈ ਦੀ ਸੋਝੀ ਤੇ ਆਪੇ ਦੀ ਅਨੁਭਵਤਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਪਕਿਆਈ ਪਕੜਦੀ ਹੈ, ਤਿਉਂ ਤਿਉਂ ਇਸ ਦਾ ਨਾਤਾ ਹੋਂਦ ਦੀ ਮੌਲਿਕ ਅਨੁਭੂਤੀ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਹਉਮੈ ਦਾ ਬੀਜ ਕਰਤੇ ਨੇ ਰਚਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।[5] ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰੌੜ੍ਹ ਹੋਣਾ ਤੇ ਪੱਕਾ ਪੂਰਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨਾ ਕਰਤੇ ਦੀ ਵਿਧੀ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਵਿਗਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਖ਼ਰ ਚੱਲਣ ਤੇ ਬੋਲਣ ਦਾ ਬੀਜ ਵੀ ਤਾਂ ਉਸੇ ਨੇ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਨੇ ਕਦੋਂ ਫੁੱਟਣਾ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਵਿਗਾਸ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਵੀ ਉਸੇ ਦੀ ਰਚੀ ਜੁਗਤ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਇਕ ਭਰਮ

ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ, "ਪੂਰਬੀ ਦਰਸ਼ਨ ਤੇ ਪੱਛਮੀ ਫਲਸਫੇ ਵਿਚ ਇਕ ਬੁਨਿਆਦੀ ਅੰਤਰ ਹੈ। ਪੱਛਮੀ ਫਲਸਫਾ ਤਰਕ ਦੀਆਂ ਫੈਲਸੂਫੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਬਾਹਰਲੇ ਜਗਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਭਾਰਤੀ ਦਰਸ਼ਨ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਭਿਆਸ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਦੀ ਪਛਾਣ, ਉਸ ਦਾ ਅਸਲ ਦਰਸ਼ਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸੇ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਦੀ ਬਾਤ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ।" ਕਿਉਂ ਨਾ ਭਾਰਤੀ ਦਰਸ਼ਨ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਦੀ ਭਾਲ ਆਰੰਭੀਏ ?

ਯੋਗ, ਅਭਿਆਸ ਤੇ ਸਾਧਨਾ 'ਤੇ ਬਲ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। 'ਧਿਆਨ' ਉਸ ਦੀ ਦੱਸੀ ਹੋਈ ਵੱਡੀ ਸਾਧਨਾ ਹੈ। ਜਦ ਮੈਂ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣ ਬੈਠਾ ਤਾਂ ਛੇਤੀ ਹੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗਾ ਕਿ ਮੈਂ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਇਕ ਨਿਸਚਿਤ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਸਥਾਪਤ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪਕੜੀ ਬੈਠਾ ਹਾਂ – ਜਾਂ ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਪਕੜੀ ਬੈਠੀ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਜਾਪਿਆ ਕਿ ਮੇਰਾ ਚੌਗਿਰਦਾ ਬੜਾ ਅਨਿਸਚਿਤ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਉਸ ਵਿਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਇਸ ਅਨਿਸਚਿਤ ਚੌਗਿਰਦੇ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਇਹ ਨਿੱਗਰ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ, ਮੇਰੀ ਹਉਮੈ, ਮੈਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇਂਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਈ। ਮੇਰੀ ਇਹ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਉਹਨਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਤੋਂ ਉਗਮੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਈ, ਜੋ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਦਾ ਸਾਂ ਜਾਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਸਾਂ – ਮੇਰਾ ਨਾਮ ਕੀ ਹੈ ? ਮੈਂ ਕਿਸ ਦਾ ਪੁੱਤਰ ਹਾਂ ? ਮੇਰੀ ਵੰਸ਼ ਕਿਹੜੀ ਹੈ ? ਮੇਰਾ ਕਿੱਤਾ ਕੀ ਹੈ ? ਆਦਿ। ਮੈਨੂੰ ਜਾਪਿਆ ਕਿ ਮੈਂ ਅਚੇਤ ਹੀ ਆਪਣੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਦਾ ਇਕ ਖਰੜਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਹਰ ਲੋੜ ਵੇਲੇ ਵਰਤ ਲੈਂਦਾ ਹਾਂ। ਇਉਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਹ ਭੁਲੇਖਾ ਦੇਈ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਇਕ ਨਿਸਚਿਤ ਹੋਂਦ ਹਾਂ ਤੇ ਮੇਰਾ ਵਿਹਾਰ ਵੀ ਇਸੇ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਮੁਤਾਬਕ ਨਿਸਚਿਤ ਹੈ। ਇਸੇ ਹਿਸਾਬ, ਮੈਂ ਇਹ ਭਰਮ ਬਣਾ ਰੱਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਨਮ ਤੋਂ ਮਰਨ ਤਕ 'ਮੈਂ'

5. ਜਿਨਿ ਰਚਿ ਰਚਿਆ ਪੁਰਖਿ ਬਿਧਾਤੈ ਨਾਲੇ ਹਉਮੈ ਪਾਈ॥ *(ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ ੯੯੯)*

ਓਹੀ ਨਿਸਚਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹਾਂ। ਮੇਰਾ ਸਰੀਰ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਮੇਰੇ ਵਿਚਾਰ ਬਦਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਮੇਰੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਮੇਰੀ 'ਮੈਂ' ਇਕਸਾਰ ਓਹੋ ਤੇ ਓਵੇਂ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਤਦ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ, "ਕੀ ਇਸ 'ਮੈਂ' ਦੀ ਕੋਈ ਵਾਸਤਵਿਕ ਹੋਂਦ ਹੈ ਵੀ, ਜਾਂ ਇਹ ਇਕ ਵਿਆਪਕ ਭਰਮ ਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਅਸੀਂ ਸਭ ਹੰਢਾਂਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਜਿਸ ਆਸਰੇ ਧੰਧੇ ਧਾਵਣੀ ਵਾਲੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਪਰਵਿਰਤ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ? ਜੇਕਰ ਇਹ ਭਰਮ ਵੀ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਇਸ ਭਰਮ ਦੀ ਪਕੜ ਬੜੀ ਹੀ ਬਲਵਾਨ ਹੈ। ਤਦ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ ਕਿ ਤਿੱਬਤੀ ਬੋਲੀ ਵਿਚ 'ਹਉਮੈ' ਨੂੰ 'ਦਾਗਦਜ਼ਿਨ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਦਾ ਅੱਖਰੀ ਅਰਥ ਹੈ – 'ਆਪੇ ਦੀ ਪਕੜ'।

ਇਹ 'ਮੈਂ' ਹਮੇਸ਼ਾ ਕਿਸੇ 'ਤੂੰ' ਦੇ ਸਨਮੁਖ ਹੋਈ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ 'ਤੂੰ' ਲਈ ਇਹ ਆਪ ਇਕ 'ਤੂੰ' ਬਣ ਨਿਬੜਦੀ ਹੈ। ਸਾਰਾ ਨਿਖੇੜਾ 'ਮੈਂ' ਤੇ 'ਤੂੰ' ਦਾ ਹੀ ਤਾਂ ਹੈ। *ਮੈਂ* ਤੇ *ਤੂੰ* ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਸੰਕੇਤ ਹਨ, ਤੇ ਸੰਕੇਤ ਕੋਈ ਵਸਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਚੰਦ੍ਰਮੇ ਵੱਲ ਸੰਕੇਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਉਂਗਲੀ ਚੰਦਰਮਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਤਦ ਮੈਨੂੰ ਤਾਓਵਾਦੀ ਸੰਤ ਚੁਆਂਗ ਤਜ਼ੂ ਦੇ ਚੇਲੇ ਯੈਨ ਹੂਈ ਦੀ ਇਕ ਵਾਰਤਾ ਯਾਦ ਆ ਗਈ। ਹੂਈ ਚੀਨ ਦੇਸ ਦੇ ਸ਼ਾਹੀ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਚੰਗੇ ਅਹੁਦੇ 'ਤੇ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਸ਼ਹਿਨਸ਼ਾਹ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਿੱਜੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਮੁਕੱਰਰ ਕਰਨ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ। ਉਸ ਸ਼ਹਿਨਸ਼ਾਹ ਦੀ ਇਕ ਬੜੀ ਅਜੀਬ ਸ਼ਰਤ ਸੀ। ਜੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਤੋਂ ਕੋਈ ਭੁੱਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਤਲ ਕਰਵਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਹੂਈ ਇਹ ਪਦ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਭੈਅ ਖਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਇਸ ਜੱਕੋ-ਤੱਕੇ ਵਿਚ ਉਹ ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ ਚੁਆਂਗ ਤਜ਼ੂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਚਲਾ ਗਿਆ। ਉਸ ਪਾਸ ਜਾ ਕੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, "ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਹਿਨਸ਼ਾਹ ਆਪਣਾ ਨਿੱਜੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਮੈਂ ਸੋਚਦਾ ਹਾਂ ਮੈਂ ਅਜੇ ਇਸ ਪਦਵੀ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ।" ਤਦ ਚੁਆਂਗ ਤਜ਼ੂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਹਾ, "ਉਚਿਤ ਇਹ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਤੂੰ ਰਾਜ ਦਰਬਾਰ ਤੋਂ ਸੇਵਾ-ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਮਨ ਦਾ ਵਰਤ ਰੱਖ।" "ਮਨ ਦਾ ਵਰਤ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?" ਹੂਈ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ। ਚੁਆਂਗ ਤਜ਼ੂ ਨੇ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ, "ਜਦੋਂ ਤੈਨੂੰ ਸੁਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਭਾਸੇ ਤਾਂ ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ ਨਾ ਸੁਣੀਂ, ਜਦ ਵੇਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਨਾ ਵੇਖੀਂ, ਜਦ ਸਮਝਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਬੁੱਧੀ ਦਾ ਆਸਰਾ ਨਾ ਭਾਲੀਂ, ਵਿਚਾਰਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਮਨ ਆਸਰੇ ਕੁਝ ਨਾ ਵਿਚਾਰੀਂ। ਸੁਣਨ, ਵੇਖਣ ਤੇ ਸੋਚਣ-ਵਿਚਾਰਨ ਲਈ 'ਤਾਓ' ਦਾ ਆਸਰਾ ਹੀ ਤੱਕੀਂ।"[6] ਯੈਨ ਹੂਈ ਰਾਜ ਦਰਬਾਰ ਤਿਆਗ ਕੇ ਚਲਾ ਗਿਆ ਤੇ ਤਿੰਨ ਵਰ੍ਹੇ ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਧਨਾ ਵਿਚ ਜੁਟਿਆ ਰਿਹਾ। ਤਿੰਨ

6. ਇਥੇ ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਦੇਵ ਜੀ ਦਾ ਇਹ ਸਲੋਕ ਸੱਗਤ ਹੈ:
ਅਖੀ ਬਾਝਹੁ ਵੇਖਣਾ ਵਿਣੁ ਕੰਨਾ ਸੁਨਣਾ॥
ਪੈਰਾ ਬਾਝਹੁ ਚਲਣਾ ਵਿਣੁ ਹਥਾ ਕਰਣਾ॥
ਜੀਭੈ ਬਾਝਹੁ ਬੋਲਣਾ ਇਉ ਜੀਵਤ ਮਰਣਾ॥
ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਣਿ ਕੈ ਤਉ ਖਸਮੈ ਮਿਲਣਾ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 139)*

ਸਾਲ ਬਾਦ ਜਦ ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ ਪਾਸ ਪਰਤਿਆ ਤਾਂ ਆਖਣ ਲੱਗਾ, "ਗੁਰੂ ਜੀ ਮੇਰਾ ਖ਼ਿਆਲ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਪਦਵੀ ਲਈ ਮੇਰੀ ਤਿਆਰੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ।" ਗੁਰੂ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਪ੍ਰਮਾਣ ਦੇ।" ਤਦ ਹੂਈ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਇਸ ਸਾਧਨਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਸੀ ਕਿ ਮੈਂ ਯੈਨ ਹੂਈ ਹਾਂ। ਪਰ ਤਿੰਨ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਥਾਣੀ ਹੁਣ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਨ ਲੱਗਾ ਤਾਂ ਮੈਂ, ਯੈਨ ਹੂਈ, ਤਾਂ ਕਦੇ ਹੋਇਆ ਹੀ ਨਹੀਂ।" ਚੁਆਂਗ ਤਜ਼ੂ ਮੁਸਕਰਾ ਕੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, "ਤੂੰ ਠੀਕ ਆਖਿਆ ਹੈ, ਹੁਣ ਤੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਸ ਪਦਵੀ ਦੇ ਲਾਇਕ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈਂ।"

ਅਸੀਂ ਪੁੱਛਾਂਗੇ, ਜੇਕਰ ਉਹ ਯੈਨ ਹੂਈ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਤਾਂ ਫਿਰ ਕੌਣ ਸੀ ? ਦਰਅਸਲ ਯੈਨ ਹੂਈ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੀ ਇਹ ਆਈ ਸੀ, ਉਸ ਦੇ ਪਾਸ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ 'ਹਉ' ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਆਪਣਾ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਵੀ ਕੋਈ ਨਹੀਂ, ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਵੀ ਕੋਈ ਨਹੀਂ, ਆਪਣੀ ਰਾਏ ਵੀ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਉਸ ਨੂੰ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਵੱਡੀ ਚੇਤਨ ਮਿਹਰਾਂਮਤ ਨੇ ਸਿਰਜ ਕੇ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਧਰਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਪੁੱਛਿਆ, "ਫਿਰ ਯੈਨ ਹੂਈ ਹੈ ਕੀ ?" ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, "ਹੁਣ ਮੈਨੂੰ ਸਮਝ ਆ ਗਈ ਕਿ ਇਹ ਨਿਰਾ ਵਿਭਰਮ ਹੈ। ਨਾ ਇਸ ਦੀ ਕੋਈ ਵਾਸਤਵਿਕਤਾ ਹੈ ਨਾ ਹਕੀਕਤ। ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਮੈਂ ਇਤਨਾ ਚਿਰ ਇਸ ਨੂੰ ਚੰਬੜੀ ਕਿਵੇਂ ਆਇਆ ਹਾਂ। ਜੇਕਰ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਚੁੰਗਲ 'ਚੋਂ ਛੁੱਟਣਾ ਆਸਾਨ ਨਹੀਂ ਸੀ।"

ਮੈਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਸਮਾਧੀ ਰਾਹੀਂ 'ਮੈਂ ਕੌਣ ਹਾਂ ?' ਦਾ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕੇ। ਪਰ ਇਕ ਦਿਨ ਮੈਂ ਇਕ ਸਾਧਕ ਦੇ ਲਿਖੇ ਇਹ ਬਚਨ ਪੜ੍ਹੇ, "ਸਮਾਧੀ ਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਤੋਂ 'ਮੈਂ ਕੌਣ ਹਾਂ ?' ਦਾ ਉੱਤਰ ਕੋਈ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਇਸ 'ਮੈਂ' ਨੂੰ ਸਮਾਧੀ ਕਦੇ ਨਿਸਚਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੀ। ਸਮਾਧੀ ਤਾਂ ਇਸ 'ਮੈਂ' ਨੂੰ ਮੁੱਢੋਂ ਹੀ ਨਿਵਿਰਤ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਕ ਸ਼ੁੱਧ, ਖੁਲਾਸੀ, ਪ੍ਰਤੱਖ ਹੋਂਦ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਕੋਈ ਸੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਜ਼ਾਤੀ ਲੋੜਾਂ, ਨਿੱਜੀ ਅਰਥਾਂ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਖੇਵਿਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਗਏ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਸਮਾਧੀ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਨਿੱਜੀ ਅਰਥਾਂ ਤੋਂ ਪਰੇ ਜੋ ਖ਼ਲਾਅ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਨਿਗੂਣੀ, ਸੀਮਿਤ 'ਹਉਂ' ਦੀ ਪਕੜ ਤੋਂ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਕ ਮੋਕਲੀ ਸਜੀਵਤਾ ਸਾਡੇ ਹਰ ਕਾਰਜ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਸੰਬੰਧਵਾਚੀ ਸੰਸਾਰਕ ਸੁਰਤਿ ਨਾਲ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ 'ਹਉਂ' ਦਾ ਵਜੂਦ ਵਾਸਤਵਿਕ ਵੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਲਾਭਦਾਇਕ ਵੀ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਮੋਟਰਕਾਰ ਭੱਜੀ ਆਉਂਦੀ ਹੋਵੇ ਤੇ ਮੇਰੀ 'ਹਉਂ' ਟੱਪ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਹਟ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ ਤਾਂ ਸੋਚੋ ਉਸ ਦਾ ਕੀ ਹਸ਼ਰ ਹੋਵੇਗਾ ? ਪਰ ਇਸ 'ਹਉਂ' ਦੀ ਲਾਭਦਾਇਕਤਾ ਸੰਸਾਰਕ ਵਿਹਾਰ ਤਕ ਹੀ ਸੀਮਿਤ ਹੈ। ਨਿਰਪੱਖ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਤੋਂ ਕੋਈ ਨਿੱਗਰ ਸਦੀਵੀ ਹੋਂਦ ਅਜਿਹੀ ਨਹੀਂ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ 'ਹਉਂ' ਆਖ ਸਕੀਏ – ਇਸ ਲਈ ਨਿੱਜ ਤੇ ਪਰ ਦੇ ਵਖੇਵੇਂ ਨਿਰਪੇਖ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਤੋਂ ਨਿੱਪਟ ਮਿਥਿਆ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਤੋਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੱਚ ਸਮਝਣਾ ਨਿਰਾ ਭਰਮ ਹੰਢਾਉਣਾ ਹੀ ਹੈ।

ਦਾਇਰੇ ਹੀ ਦਾਇਰੇ

ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਦੇ ਨਾ ਕਦੇ ਇਹ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ ਹੋਣਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਤਿ-ਚਿਤ-ਅਨੰਦ ਸਰੂਪ ਹੈ ਤਾਂ ਕੂੜ, ਅਗਿਆਨ ਤੇ ਦੁਖ ਕਿਥੋਂ ਆ ਗਏ ? ਜੇਕਰ ਉਹ ਅਬਿਨਾਸ਼ੀ ਹੈ ਤਾਂ ਨਾਸ਼ਮਾਨਤਾ ਕਿਥੋਂ ਆ ਗਈ ? ਜੇਕਰ ਉਹ ਅਕਾਲ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਿਥੋਂ ਆ ਗਿਆ ? ਕਿਤੇ ਇਹ ਸਭ ਭੁਲੇਖੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ, ਜੋ ਸਾਡੀ ਮਹਿਦੂਦ ਚੇਤਨਾ ਕਾਰਨ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਹਨ ? ਸਾਡੀ ਚੇਤਨਾ ਅਸਲੋਂ ਅੰਸ਼ਿਕ ਹੀ ਤਾਂ ਹੈ, ਸੋ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮੁੱਚ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋ ਵੀ ਕਿਵੇਂ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਇਹ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਨਿੱਕੇ ਨਿੱਕੇ ਭਾਗਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਦੇ ਹੀ ਸਮਰੱਥ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਗਿਆਨ ਵੀ ਅੰਸ਼ਿਕ ਹੈ ਤੇ ਸਿੱਟੇ ਵੀ ਅੰਸ਼ਿਕ ਹਨ।

ਸਿਰਜਨਾ (Genesis) ਦੀ ਇਬਰਾਨੀ ਮਿੱਥ-ਕਥਾ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਇਸੇ ਪਤਨ ਦੀ ਵਿਥਿਆ ਇਉਂ ਦੱਸਦੀ ਹੈ : ਪਹਿਲਾਂ ਆਦਮ ਦੈਵੀ ਹੁਕਮ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧ ਤੇ ਸੰਪੂਰਨ ਪਾਲਨਾ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਇਕ ਦਿਨ ਜਦ ਉਸ ਨੇ ਸ਼ੈਤਾਨ ਦੇ ਆਖੇ, ਉਸ ਹੁਕਮ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਇਕ ਵਿਭਾਜਿਤ ਚੇਤਨਾ ਹੰਢਾਉਣ ਦੀ ਭਾਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਆਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ। ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਹੁਣ ਮਨੁੱਖ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦ੍ਵੈਤ – ਜੀਵਨ ਤੇ ਮੌਤ, ਦੁਖ ਤੇ ਸੁਖ, ਨੇਕੀ ਤੇ ਬਦੀ, ਵਾਧਾ ਤੇ ਘਾਟਾ ਆਦਿ – ਵਿਚ ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।

ਤਦੋਂ ਦਾ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਵਿਭਾਜਿਤ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਮੁਕੱਦਰ ਹੰਢਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਚਿਦਾਨੰਦ ਪ੍ਰਭੂ ਤਾਂ ਜੜ੍ਹ-ਤੜ੍ਹ ਦਿਸਾ-ਵਿਸਾ ਇਕਸਾਰ ਅਨੁਰਾਗ ਅਥਵਾ ਪਿਆਰ ਰੂਪ ਹੋਇਆ ਪਸਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਮੌਤ, ਇਹ ਦੁਖ, ਇਹ ਹੱਦਬੰਦੀਆਂ ਤਾਂ ਸਭ ਪਰਛਾਵੇਂ ਹਨ। ਸਦੀਵਤਾ, ਅਨੰਦ ਤੇ ਅਨੰਤ ਦੇ। ਸਾਡੀ ਵਿਭਾਜਤ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਬਸ ਇਹ ਪਰਛਾਵੇਂ ਹੀ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤਾਂ ਉਥੇ ਵੀ ਅਨੇਕਤਾ ਵੇਖਣ ਦੀ ਆਦੀ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਦਰਅਸਲ ਏਕਤਾ ਵਰਤ ਰਹੀ ਹੈ। ਨਿੱਜ ਤੇ ਪਰ, ਵਸਤੂ ਤੇ ਅਵਸਤੂ, ਆਦਿ ਦਾ ਨਿਖੇੜਾ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸੋਚਣੀ ਹੀ ਮਨੁੱਖੀ ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਭਾਵੀ ਹੈ। ਇਹ ਦ੍ਵੰਦਾਤਮਿਕ ਸੋਚਣੀ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਹੀ ਨਤੀਜਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਿੱਜ ਨੂੰ ਪਰ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜਦੀ ਤੇ ਕੇਵਲ ਵਿਰੋਧਤਾਈਆਂ ਥਾਣੀ ਹੀ ਅਸਤਿੱਤਵ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਦੀ ਆਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਉਪਰ ਅਸਾਂ ਇਕ ਖ਼ਾਲੀ ਸਫ਼ੇ ਉਪਰ ਮਨੋਕਲਪਿਤ ਦਾਇਰਾ ਵਾਹ ਕੇ ਇਕ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਇਹ ਸਿੱਧ ਹੋਇਆ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਮਨੋਕਲਪਿਤ ਦਾਇਰਾ ਹਉਮੈ ਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਹਉਮੈ ਦਾ ਜੋ ਹਰਥੇ ਸਾਨੂੰ ਦ੍ਵੰਦ ਵੇਖਣ 'ਤੇ ਮਜਬੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਇਕ ਭਾਰੇ ਵਿਅੰਗ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਹੋਏ ਹਾਂ। ਇਸ ਦਾਇਰੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਸੀਂ ਆਪ ਹਾਂ ਤੇ ਬਾਹਰ ਅਸਾਂ ਸੰਸਾਰ ਮਿੱਥ ਲਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਮਨੋਕਲਪਿਤ ਭਰਮ ਰੂਪੀ ਦਾਇਰਾ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਤੋਂ ਬੇਗਾਨਾ ਕਰੀ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਸਾਨੂੰ 'ਪਰਾਇਆਂ' ਨਾਲ ਹਮਦਰਦੀ ਕਰਨੋਂ ਹਟਕ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਸਾਨੂੰ ਪਰਮ ਹੋਂਦ, ਪਾਸੋਂ ਨਿਖੇੜੀ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਸਭ ਵਖੇਵਿਆਂ ਦੀ ਇਹ ਜੜ੍ਹ ਹੈ, ਸਭ ਵਿਵਾਦਾਂ ਦਾ ਇਹ ਸੋਮਾ।

ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਪੁੱਛੋਗੇ ਕਿ ਇਹ ਦਾਇਰਾ ਭਰਮ ਕਿਵੇਂ ਹੈ? ਇਹ ਦਾਇਰਾ ਤਾਂ ਕਿਤੇ ਹੈ ਨਹੀਂ, ਅਸਾਂ ਹੀ ਮਿੱਥ ਲਿਆ ਹੈ। ਜ਼ਰਾ ਸੋਚੋ, ਇਹ ਦਾਇਰਾ ਕਿਤੇ ਹੈ ਵੀ? ਇਸ ਦੀ ਪਾਈ ਹੋਈ ਹੱਦਬੰਦੀ ਕਿਤੇ ਦਿੱਸਦੀ ਵੀ ਹੈ? ਬਾਹਰ ਵਗਦੀ ਪਉਣ ਤੇ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਦੇ ਪ੍ਰਾਣ ਵਿਚਾਲੇ ਕਿਹੜੀ ਦੀਵਾਰ ਹੈ? ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਪਾਣੀ ਤੇ ਮੇਰੀਆਂ ਨਾੜਾਂ ਵਿਚ ਵਗਦੇ ਲਹੂ ਵਿਚਾਲੇ ਕਿਹੜੀ ਭੀਤਿ ਹੈ? ਖੇਤਾਂ ਦੀ ਉਪਜਾਊ ਮਿੱਟੀ ਤੇ ਮੇਰੇ ਹੱਡ-ਮਾਸ ਵਿਚਕਾਰ ਕਿਹੜੀ ਹੱਦਬੰਦੀ ਖੜੋਤੀ ਹੈ? ਬਾਹਰ ਦੇ ਸੰਸਾਰ ਤੇ ਮੇਰੀ ਸੰਵੇਦਨਾ ਵਿਚਾਲੇ ਕਿਹੜਾ ਉਹਲਾ ਹੈ? ਇਹ ਉਹਲੇ, ਇਹ ਪਰਦੇ, ਇਹ ਕੰਧਾਂ ਹੈਨ ਕਿਤੇ? ਅਸਾਂ ਆਪ ਹੀ ਮਿੱਥੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਇਹੋ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਵਿਧਾਨ ਸਿਰਜਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਹ ਦਾਇਰਾ ਜੋ ਦ੍ਵੰਦ ਖੜੇ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਨਾਮ ਹਨ – ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ, ਨਿੱਜ ਤੇ ਪਰ, ਜੀਵ ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ, ਮਨ ਤੇ ਸੰਸਾਰ...। ਚੀਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਯਿਨ ਯਾਂਗ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਇਹਨਾਂ ਹੀ ਦ੍ਵੰਦਾਂ ਦਾ ਸੰਕੇਤਕ ਸੰਕਲਪ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਕੇਵਲ ਇਕ ਦਾਇਰਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਵਾਹੁੰਦੇ, ਕਈ ਦਾਇਰੇ ਵਾਹੀ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਰਹਿੰਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜ ਕੇ ਆਪਣੀ ਤੁਚਾ-ਲਪੇਟੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਸਿਰਜਨਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਫਿਰ ਬਾਕੀ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਉਪਰ ਸੰਕਲਪਾਂ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਜੜ ਜੜ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਅਨੇਕਤਾ ਵਿਚ ਵੰਡ ਘੱਤਦੇ ਹਾਂ। ਅਸਲ ਵਿਅੰਗ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਅਨੇਕਤਾ ਨੂੰ ਯਥਾਰਥ ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਸਾਡੇ ਵਿਭਾਜਿਤ ਬੋਧ ਕਾਰਨ ਸਾਨੂੰ ਸਦੀਵਕਾਲੀ ਏਕਤਾ ਨਹੀਂ, ਤਤਕਾਲੀ ਅਨੇਕਤਾ ਦਿੱਸਦੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰੇ ਅਸਤਿੱਤਵ ਤੋਂ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਕਰਤੇ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜੀ ਰੱਖਦੀ ਹੈ:

ਦੂਜਾ ਭਾਉ ਨ ਦੇਈ ਲਿਵ ਲਾਗਣਿ ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਕੇ ਚਰਣ ਵਿਸਾਰੇ ॥

(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 796)

ਜਿਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੇ ਹਉਮੈ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ, ਉਸੇ ਨੇ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਪੰਚ ਦਾ ਮਾਇਆਵੀ ਰੂਪ ਵੀ ਸਿਰਜ ਦਿੱਤਾ। ਇਹੋ ਸਾਡਾ ਦੁਤੀਆ ਭਾਉ ਹੈ। ਇਸੇ ਦੇ ਭਜਾਏ ਅਸੀਂ ਨਿੱਤ ਭਟਕਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਅਸਲਾ ਸਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਦੇ ਨਿੱਪਟ ਉਹਲੇ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਰੱਬ ਹੋਣ ਦੀ ਦਾਅਵੇਦਾਰ ਹਉਮੈ

ਅੱਜ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਰੱਜ ਤਾਂ ਹੈ, ਸੰਤੋਖ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਖਾਣ-ਪੀਣ ਲਈ ਬੜਾ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ, ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਪਾਸ ਸਬਰ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵੀ ਜੇ ਉਸ ਪਾਸ ਸੰਪਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਧਨ-ਸੰਪਤੀ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ।

ਆਦਮ ਜ਼ਾਤ ਦੇ ਆਦਰਸ਼ ਵੀ ਦੁਚਿੱਤੀਆਂ ਵਿਚ ਭਟਕ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਕ ਪਾਸੇ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਗਿਆਨ ਤੋਂ ਉਤਪੰਨ ਹੋਈ ਪਦਾਰਥਕ ਰੁਚੀ ਸਿਰ ਕੱਢੀ ਬੈਠੀ

ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਬੰਨੇ, ਉਚੇਰੇ ਰੂਹਾਨੀ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੀ ਇੱਛਾ ਦਾ ਝਾਂਵਲਾ ਵੀ ਪੈਂਦਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਪਾਸੇ ਜੇ ਸਾਡੀ ਹਉਂ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਚੇਤਨਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਕਿਸੇ ਆਤਮ-ਅਨੰਦ ਨੂੰ ਭਾਲਣ ਦੀ ਲਗਨ। ਇਉਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਇਕ ਦੂੰਦ ਜਿਹਾ ਆਰ-ਪਾਰ ਸਾਰੇ ਪਸਰਿਆ ਪਿਆ ਹੈ।

ਇਸ ਦੂੰਦ ਦਾ ਮੁਖ ਕਾਰਨ ਇਹ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਇੱਕੋ ਵੇਲੇ ਦੋ ਰਾਹ ਮੌਜੂਦ ਹਨ ਜਾਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਸੰਸਾਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਠਾਕ ਕੇ ਅੰਤਰਾਤਮੇ ਝਾਤ ਮਾਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਰਾਹਾਂ ਨੂੰ 'ਧਾਤ' ਤੇ 'ਲਿਵ' ਦੇ ਰਾਹ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। 'ਧਾਤ' ਦਾ ਰਾਹ ਪਦਾਰਥਕ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ ਮਾਰਗ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਥੁੜ-ਜੀਵੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀਆਂ ਹੀ ਨਸੀਬ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਵੀ ਦੁੱਖਾਂ ਦਰਦਾਂ ਨਾਲ ਘਿਰੀਆਂ ਹੋਈਆਂ। 'ਲਿਵ' ਦੇ ਮਾਰਗ ਦਾ ਨਿਯਮ ਆਪਣੇ ਅੰਤਰਾਤਮੇ ਦੀ ਖੋਜ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਪੱਲੇ ਸਦੀਵੀ ਅਨੰਦ ਉਪਜਾ ਸਕਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਆਕਾਂਖਿਆ ਦੇ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਸਿਰੇ ਆਪੋ ਵਿਚ ਵਿਰੋਧੀ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਰਹੇ ਹਨ, ਪਰ ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਤਾਂ "ਦੁਹਾ ਸਿਰਿਆ ਕਾ ਖਸਮੁ"[7] ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਪਸੀ ਮਨੇਵਾਂ ਸੰਭਵ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਜ਼ਰੂਰੀ ਵੀ ਹੈ।

ਸੋਚੀਏ ਤਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਜੀਵਨ ਦੀ ਧੜਕਨ ਨਮੂਦਾਰ ਹੋਈ। ਫਿਰ ਜੀਵਨ ਅੰਦਰ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਜਾਗ ਪਈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਦ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਵਿੱਚੋਂ ਅਧਿਆਤਮਕਤਾ ਦੇ ਰੁਝਾਣ ਆਣ ਉਜਾਗਰ ਹੋਏ। ਇਸ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਸੰਪੂਰਨ ਕਰਨਾ ਹੀ ਹਰ ਬੰਦੇ ਦਾ ਕੁਦਰਤੀ ਆਦਰਸ਼ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਹੈ ਤਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਪਰਦੇ ਵਿਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਨਿਹਿਤ ਸੀ। ਜੇਕਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਉਗਮੀ ਹੈ ਤਾਂ ਚੇਤਨਾ ਪਰਕਿਰਤਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਘੁੰਡ ਕੱਢ ਕੇ ਲੁਕੀ ਬੈਠੀ ਸੀ। ਜੇ ਮਨੁੱਖੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਨੇ ਅਧਿਆਤਮਕਤਾ ਦੀ ਉਚੇਰੀ ਚੇਤਨਾ ਵੱਲ ਉਡਾਰੀਆਂ ਮਾਰੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਸਮਝ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਦਾਰਥਵਾਦ ਤੋਂ ਅਧਿਆਤਮਵਾਦ ਤਕ ਇੱਕੋ ਮਹਾਨ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਅੱਜ ਦੀ ਮਨੁੱਖੀ ਚੇਤਨਾ ਸਦਾ ਵਾਂਗੂੰ ਜੈਵੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦੇ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਖੜੋਤੀ ਹੈ। ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮੁੜ ਪਦਾਰਥਕ ਸੰਸਾਰ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਪਾਸ਼ਵਿਕ ਇਤਿਹਾਸਕਤਾ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰੇ ਜਾ ਗੰਢਦੇ ਹਨ। ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨਤਾ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਆਪ ਵੀ ਇਕ ਐਸੀ ਇਕਾਈ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ 'ਮੈਂ' ਕਹਿਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਸਭ ਪਦਾਰਥਕ ਇਕਾਈਆਂ ਉਸ ਦੇ ਲਈ 'ਅ-ਮੈਂ' ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹੋ ਹਉਮੈ ਵਾਲੀ ਬਿਰਤੀ ਹੈ, ਜੋ ਨਿੱਜ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਪਰਤਦਾ, ਗਿਆਨ ਇੰਦਰਿਆਂ ਨੂੰ ਹੋੜਦਾ, ਆਪਣੀ ਸਮੁੱਚੀ ਅੰਤਰਾਤਮਿਕਤਾ ਥਾਣੀ ਪੂਰੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੀ ਮਹਾ-ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ

7. ਦੁਹਾ ਸਿਰਿਆ ਕਾ ਖਸਮੁ ਆਪਿ ਅਵਰੁ ਨ ਦੂਜਾ ਥਾਉ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 71)*

ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਇਹ ਜਾਣ ਪਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ "ਜੋ ਬ੍ਰਹਮੰਡੇ ਸੋਈ ਪਿੰਡੇ" ਹੈ। ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਜਦੋਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੀ ਰੁਚੀ ਹਟਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਨਾਸ਼ਵੰਤ ਕਾਇਆ ਅੰਦਰ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਬਿਨਾਸ਼ੀ ਹਕੀਕਤ ਦਾ ਝਲਕਾਰਾ ਵੱਜਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਜਾਪਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਵਾਹਦ ਲਾਮਹਿਦੂਦ ਚੇਤਨਾ ਸਾਡੇ ਲਘੂ ਮਨਾਂ ਅੰਦਰ ਖੰਡ ਖੰਡ ਹੋਈ ਹਉਮੈ ਅੰਦਰ ਵੀ ਝਲਕਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਛਿਨ-ਭੰਗੁਤਾ ਓਹਲੇ ਕੋਈ ਪਰਮ ਅਕਾਲਤਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਰਹਿਣਾ ਵੀ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਹੈ ਤੇ ਵੱਸਣਾ ਵੀ ਇਸੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਤੇ ਪੁਸ਼ਟੀ ਦੋਵੇਂ ਉਹਦੇ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹਨ। ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੇ ਤੇ ਕਰਮ ਇੰਦਰੇ ਕੇਵਲ ਇਹਨਾਂ ਦੋਨਾਂ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਉਸ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਜੋਗੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।

ਗਿਆਨ ਇੰਦਰਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਰਜ ਬਾਰੇ ਇਕ ਬੜਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਣਾ ਸੀ ਕਿ "ਡੱਡੂ ਦੀ ਅੱਖ ਡੱਡੂ ਦੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਨੂੰ ਕੀ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ? ਇਕ ਡੱਡੂ ਦੀ ਅੱਖ ਉਸ ਦੀ ਉਸ ਤੰਤੂ (nerve) ਸਮੇਤ ਕੱਢ ਲਈ ਗਈ, ਜੋ ਅੱਖ ਤੋਂ ਦਿਮਾਗ਼ ਵੱਲ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਇਸ ਅੱਖ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਤੰਤੂ ਨੂੰ ਵਿਗਿਆਨਕ ਵਿਧੀਆਂ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਾ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਤੇ ਇਕ ਹਨੇਰੇ ਅਰਧ-ਗੋਲੇ ਵਿਚ ਲਟਕਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰੰਗਾਂ ਤੇ ਆਕਾਰਾਂ ਦੇ ਉਤੇਜਕ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਇਸ ਦੇ ਸਾਹਵੇਂ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਤੰਤੂ ਵਿੱਚੋਂ ਜੋ ਬਿਜਲਈ ਸੁਨੇਹੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਨੂੰ ਜਾਣੇ ਸਨ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਉਲੇਖ ਇਕ ਯੰਤਰ ਰਾਹੀਂ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਲੋੜ ਇਹ ਜੋਖਣ ਦੀ ਸੀ ਕਿ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਉਤੇਜਕਾਂ ਦਾ ਦਿਮਾਗ਼ ਨੂੰ ਜਾਂਦੇ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਨਾਲ ਕੀ ਸੰਬੰਧ ਹੈ ? ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਬੇਅੰਤ ਕਿਸਮ ਦੇ ਉਤੇਜਕ ਡੱਡੂ ਦੀ ਅੱਖ ਅੱਗੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਪ੍ਰਯੋਗ ਦੇ ਖੋਜਕਾਰਾਂ[8] ਨੇ ਵੇਖਿਆ ਕਿ ਡੱਡੂ ਦੀ ਅੱਖ ਕੇਵਲ ਚਾਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਉਤੇਜਕਾਂ ਦਾ ਹੀ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਜੋ ਖੋਜਕਾਰਾਂ ਨੇ ਦਿੱਤੇ, ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ :

(1) ਭਿੰਨਤਾ ਸੂਚਕ – ਇਹ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਭਿੰਨਤਾ ਦੀ ਸੋਝੀ ਦੇਂਦੇ, ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿਖੇੜਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

(2) ਗਤੀਵਾਨ ਵਹਾਉ ਸੂਚਕ – ਇਹ, ਦਿੱਸਦੇ ਪੈਟਰਨਾਂ ਦੇ ਗਤੀਵਾਨ ਵਹਾਉ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਡੱਡੂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

(3) ਅਸਪੱਸ਼ਟਤਾ ਸੂਚਕ – ਇਹ ਰੌਸ਼ਨੀ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੰਡਲਾਂਦੇ ਰੂਪਾਕਾਰਾ (ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਜੀਆਂ) ਬਾਰੇ ਸੂਚਨਾ ਦੇਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਚੌਗਿਰਦੇ ਨਾਲ ਡੱਡੂ ਦੇ ਵਰਤ ਰਹੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।

---

8. J.Y. Lettvin et al., "What the Frog's Eye Tells the Frog's Brain ?" *Proceedings of the Institute of Radio Engineers,* Vol. 47 (1959), pp. 1940-51.

(4) ਮੁਦਾਖ਼ਲਤ ਸੂਚਕ – ਇਹ ਨਿੱਕੇ ਨਿੱਕੇ, ਗੂੜ੍ਹੇ-ਭੂਰੇ ਉਤੇਜਕਾਂ (ਉੱਡਦੇ ਕੀਟਾਂ ਆਦਿ) ਬਾਰੇ ਡੱਡੂ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ ਦੇਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਡੱਡੂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਚਲੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਜੋ ਉਸ ਦੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਅਨੇਕਾਂ ਉਤੇਜਕਾਂ 'ਚੋਂ ਕੇਵਲ ਚਾਰ ਸੁਨੇਹੇ ਹੀ ਡੱਡੂ ਦੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਨੂੰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਜਾਂ ਤਾਂ ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਜੀਆਂ ਤੋਂ ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਤੋਂ ਉਸ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਾਲ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਖ਼ੁਰਾਕ ਭਾਲਣ ਨਾਲ।

ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣਹਾਰ (survival oriented) ਐਸੇ ਸੂਚਕ ਕੁਝ ਹੋਰ ਉਚੇਰੇ ਜੀਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਖੋਜੇ ਗਏ ਹਨ। ਬਿਲ੍ਹੂੰਗਿਆਂ ਵਿਚ[9] ਵੀ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਪੈਟਰਨਾਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਸਥਾਪਤ ਹੋਈ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਡੱਡੂਆਂ ਤੇ ਬਿਲ੍ਹੂੰਗਿਆਂ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਬੜੀ ਦੂਰੀ 'ਤੇ ਖਲੋਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਇਹ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਣਾ ਨਿੱਪਟ ਵਿਅਰਥ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਕਿ ਸਾਡੇ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੇ ਵੀ ਬੇਅੰਤ ਉਤੇਜਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੇਵਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਹੀ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰਦੇ ਹੋਣੇ ਹਨ, ਜੋ ਸਾਡੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹਨ। ਵਿਗਿਆਨਕ ਖੋਜਾਂ ਦਾ ਇਹੋ ਸਿੱਟਾ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਰੱਖਿਆ-ਮੂਲਕ ਪੈਟਰਨਾਂ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਤਰਤੀਬ ਦੇਣ ਦੀ ਅਵਿਰਲ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੀ ਸਾਡੇ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦੀ ਘਾਲਣਾ ਹੈ।[10] ਸੋ, ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਤਾਂ ਸਮਰਥ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਾਸੇ ਦੇ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਨਾਤੇ ਸਾਡੇ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੇ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਹੀ ਪ੍ਰਪੱਕ ਕਰਨ ਦੇ ਸਾਧਨ ਜੁਟਾਂਦੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮੈਨੂੰ (ਮੈਂ ਨੂੰ) ਕੋਈ ਹਾਨੀ ਨਾ ਆਵੇ, ਮੇਰੀ (ਮੈਂ ਦੀ) ਜ਼ਿੰਦਗੀ, ਉਪਜੀਵਕਾ ਤੇ ਪ੍ਰਤਿਭਾ ਬਣੀ ਰਹੇ, ਮੇਰੇ (ਮੈਂ ਦੇ) ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵਿਘਨ ਨਾ ਪਵੇ, ਮੈਂ ਜੋ ਵੀ ਸੰਕਲਪ ਕਰਾਂ ਉਹ ਪੂਰਾ ਹੋਵੇ, ਆਦਿ।

ਅਜੋਕੀ ਸਾਇੰਸ ਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਨੇ ਸਾਡੇ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰਿਆਂ ਤੇ ਕਰਮ ਇੰਦਰਿਆਂ ਦੀ ਸਮਰਥਾ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਸਾਡੀ ਸਮਰਥਾ ਕੇਵਲ ਆਤਮ ਸੁਰੱਖਿਆ ਤਕ ਹੀ ਮਹਿਦੂਦ ਨਹੀਂ, ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਵਿਨਾਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਬਲ ਵੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਅੱਜ ਤਾਰਾ ਮੰਡਲ ਵੀ ਕਿਸੇ ਤਾਰਾਗਣ ਦੀ ਪਦਵੀ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ, ਉਹ ਵੀ ਸਗੋਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਿਹਾ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਨਾਲ ਕੇਵਲ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਹੀ ਵਧੀ ਹੈ – ਇਸੇ ਦੇ ਪਾਸਾਰ ਦਾ ਵਿਸਤਾਰ ਹੀ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਅੱਜ ਮਨੁੱਖ ਰੱਬ ਹੋਣ ਦਾ ਦਾਅਵੇਦਾਰ ਬਣਿਆ ਜਾਪਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕੀ ਕਿਸੇ ਦੀ ਅਤਿ ਸੁਤੰਤਰ ਹਉਮੈ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਰੱਬ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ?

---

9. Habel and Weisel quoted by K.H. Pribram in *Langauge of the Brain*, Edinburgh, Prentice Hall, 1971.
10. John Platt, *The Two Faces of Perception in Man*, ed. B. Rothblatt, Chicago, Chicago University Press, 1968.

ਹਉਮੈ ਦੀ ਪਕੜ

ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਤਾਂ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ ਮੌਜੂਦ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਦੀ ਪਕੜ ਕੇਡੀ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਕੁਝ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵੇਖੋ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਿਆਂ ਦਾ ਉੱਤਰ 'ਹਾਂ' ਵਿਚ ਦੇਂਦੇ ਹੋ ਤੇ ਕਿਹੜਿਆਂ ਦਾ 'ਨਹੀਂ' ਵਿਚ। ਜਿਸ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦਾ ਉੱਤਰ 'ਹਾਂ' ਵਿਚ ਹੋਵੇ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਕ ਨੰਬਰ ਦੇ ਦਿਉ ਤੇ ਜਿਸ ਦਾ ਉੱਤਰ 'ਨਹੀਂ' ਹੋਵੇ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਿਫ਼ਰ ਦੇ ਦਿਉ। ਨੰਬਰ ਠੀਕ ਲਗਾਣੇ, ਆਪਣਾ ਲਿਹਾਜ਼ ਬਿਲਕੁਲ ਨਾ ਕਰਨਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਨੰਬਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੇ ਨਹੀਂ ਵੇਖਣੇ, ਤੁਸਾਂ ਆਪ ਹੀ ਵੇਖਣੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਸਹੀ ਉੱਤਰ ਦਿਉਗੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਾਇਦਾ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ:

1. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਗੱਲ ਵਿਚਾਰਿਆ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਦੂਜੇ ਲੋਕ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹਨ?
2. ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਰਾਏ ਨਾ ਵੀ ਮੰਗੀ ਜਾਏ ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਰਾਏ ਦੇਣ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸੰਕੋਚ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ?
3. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਕੁਝ ਕਹੇ ਨੂੰ ਇਉਂ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂ ਜ਼ਾਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ?
4. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਕੀਤੇ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਪੇਸ਼ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਮਝਦੇ ਹੋ?
5. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਉਲਾਹਮੇ ਦੇਣ ਲੱਗਿਆਂ ਕੋਈ ਔਖ ਨਹੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ?
6. ਕੀ ਆਪਣੀ ਕੀਤੀ ਗ਼ਲਤੀ ਦਾ ਇਲਜ਼ਾਮ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਦੇਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ?
7. ਜੇਕਰ ਰਾਏ ਦਾ ਵਖੇਵਾਂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤੇ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਗ਼ਲਤ ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹੋ?
8. ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ਨਾ ਮੰਨੀ ਜਾਏ ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਝੱਟ ਹੀ ਨਾਰਾਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ?
9. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਲੋਕ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਕਰਨ?
10. ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਸ ਮੁਤਾਬਕ ਉੱਚਾ ਅਸਥਾਨ ਨਾ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦਿਲੋਂ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦੇ ਹੋ?
11. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੁੱਖਾਂ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਆਮ ਕਰਦੇ ਹੋ?
12. ਕੀ ਆਪਣੀ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰਨੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਔਖੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ?
13. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਾਣ ਦੇ ਬਚਾਉ ਲਈ ਕੁਝ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?
14. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਧਨ-ਸੰਪਤੀ ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਨਾਲ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋ?
15. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ?

ਤੁਸਾਂ ਪੰਦਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਤਨੇ ਨੰਬਰ ਲਏ ਹਨ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਕੀ ਹੈ ? ਇਸ ਲਈ ਬਿਓਰਾ ਹੇਠਾਂ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ:

0-1. ਭੈੜੀ ਹਉਮੈ ਸਾਰਾ ਝੂਠ ਬੋਲ ਗਈ ਹੈ।

2-5. ਹਉਮੈ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਿਚ ਹੈ।

6-10. ਹਉਮੈ ਔਖਿਆਂ ਸੰਭਲਦੀ ਹੈ।

11-15. ਹਉਮੈ ਅਤਿ ਕਰੜੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਦੁਖੀ ਕਰਦੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਹਉਮੈ ਏਹਾ ਜਾਤਿ ਹੈ

ਜਾਤਿ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਕਈ ਅਰਥ ਹਨ, ਪਰ ਹਰ ਅਰਥ ਹਉਮੈ ਨਾਲ ਢੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾ ਅਰਥ ਹੈ – "ਸਿਰਜਿਆ ਹੋਇਆ"[1]। ਇਸ ਮੁਤਾਬਕ, ਹਉਮੈ ਜਨਮ ਤੋਂ ਹੀ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਉਪਰ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਹਾਂ, ਇਸ ਦਾ ਬੀਜ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਹੀ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਵੇਂ, ਜਿਵੇਂ ਬੱਚਾ ਜੰਮਦਿਆਂ ਸਾਰ ਭਾਵੇਂ ਚੱਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ, ਪਰ ਚੱਲਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬੀਜ ਰੂਪ ਵਿਚ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਿੱਬਤ ਦਾ ਇਕ ਫ਼ਿਰਕਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀਆਂ ਤੀਵੀਆਂ ਆਪਣੇ ਬਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਸਾਲ ਤਕ ਥੱਲੇ ਨਹੀਂ ਉਤਾਰਦੀਆਂ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੀ ਪਿੱਠ ਪਿੱਛੇ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ। ਦੋ ਸਾਲ ਬਾਦ ਜਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਤਾਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਦ ਉਹ ਬੱਚੇ ਰਿੜ੍ਹਦੇ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਦੋਹਾਂ ਪੈਰਾਂ ਪੁਰ ਖੜੇ ਹੋ ਕੇ ਤੁਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਚੱਲਣ ਦਾ ਬੀਜ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਪਨਪ ਪਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਵੇਂ ਹੀ 'ਹਉਮੈ' ਦਾ ਬੀਜ ਵੀ ਜਨਮ-ਜਾਤ ਹੀ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਮਗਰੋਂ ਹੀ ਫੁੱਟਦਾ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵੀ ਮਗਰੋਂ ਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜਾਤਿ ਦਾ ਦੂਜਾ ਅਰਥ ਹੈ – ਜੀਵ-ਵਿਗਿਆਨਕ ਵਰਗ[2] (species) ਅਥਵਾ ਮਨੁੱਖਾ ਜੂਨ। ਇਉਂ ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਜਾਤਿ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੱਖੋਂ ਭਾਵੇਂ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਗ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਰੋਗ ਵੀ ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਮਨੁੱਖ ਜਾਤਿ ਨੂੰ ਹੀ ਮਿਲਿਆ ਹੈ:

ਹਉਮੈ ਰੋਗੁ ਮਾਨੁਖ ਕਉ ਦੀਨਾ॥ *(ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1140)*

ਜਾਤਿ ਦਾ ਇਕ, ਤੀਸਰਾ ਅਰਥ ਹੈ – ਵਰਣਾਸ਼੍ਰਮ ਦੀ ਜਾਤਿ-ਗੋਤ ਜਾਂ ਵਰਗ-ਚੇਤਨਾ[3]। ਇਸ ਅਨੁਸਾਰ ਵਰਗ ਚੇਤਨਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਹੀ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ 'ਮੈਂ' ਤੇ 'ਮੇਰਾ' (ਮੈਂ ਦਾ) ਵਿਚਾਰ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਵਰਣਾਸ਼੍ਰਮ ਦੇ ਉਸ ਵਰਗ ਨਾਲ ਵੀ ਜਾ ਜੁੜਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਸਮਾਜ ਵੱਲੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਜਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਮਨੁੱਖ ਜਿਸ ਜਾਤਿ-ਗੋਤ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਮੰਨ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਵਰਗਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜਾਤਿ ਗੋਤ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦਾ, ਸਗੋਂ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਪਰਾਏ ਸਮਝਦਾ ਹੈ।

---

1. ਜੋਤਿ ਕੀ ਜਾਤਿ ਜਾਤਿ ਕੀ ਜੋਤੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 325)*
2. ਕਰਤੂਤਿ ਪਸੂ ਕੀ ਮਾਨਸ ਜਾਤਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 267)*
3. (ੳ) ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਰੂਪ ਰੰਗ ਕੇਤੇ ਜਾਤਿ ਅਜਾਤਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 18)*
   (ਅ) ਬ੍ਰਹਮ ਕੇ ਬੇਤੇ ਸਬਦੁ ਪਛਾਣਹਿ ਹਉਮੈ ਜਾਤਿ ਗਵਾਈ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 67)*

ਜਾਤਿ ਦਾ ਇਕ ਹੋਰ ਪ੍ਰਵਾਣਿਤ ਅਰਥ ਹੈ – ਸਮਾਜਿਕ ਪੱਧਰ[4]। ਇਸ ਅਨੁਸਾਰ ਹਉਮੈ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪੱਧਰ ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਪੱਧਰ ਦੇ ਫ਼ਰਜ਼ ਨਿਭਾਉਣੇ ਉਹ ਆਪਣਾ ਧਰਮ ਸਮਝ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਨੌਕਰ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੋਰ ਹੈ, ਮਾਲਕ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੋਰ; ਗ਼ਰੀਬ ਦਾ ਹੋਰ ਹੈ, ਅਮੀਰ ਦਾ ਹੋਰ; ਕਾਮੇ ਦਾ ਹੋਰ ਹੈ, ਜ਼ਿਮੀਂਦਾਰ ਦਾ ਹੋਰ। ਹਉਮੈ ਹਰੇਕ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪੱਧਰ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਇੱਜ਼ਤ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਜੋੜ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਸ ਇੱਜ਼ਤ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਜੁੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ – ਇਹ ਪੱਧਰ ਭਾਵੇਂ ਆਪਣੇ ਟੱਬਰ ਦਾ ਹੋਵੇ, ਆਪਣੇ ਕਬੀਲੇ ਦਾ, ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ, ਸ਼ਹਿਰ ਜਾਂ ਦੇਸ ਦਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ, ਕਲੱਬ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸੰਸਥਾ ਦਾ ਹੋਵੇ। ਹਰ ਸੰਬੰਧਿਤ ਪੱਧਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨੀ ਹਰ ਬੰਦਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਲਈ ਲੜਾਈ-ਝਗੜਾ ਤਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਵੀ ਨਹੀਂ ਟਲਦਾ। ਦੇਸ ਨਾਲ ਬੱਝਾ ਹਉਮੈ ਦਾ ਮੇਰਾਪਣ ਦੂਜੇ ਦੇਸਾਂ ਨਾਲ ਜੰਗ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਕ ਅਰਥ ਜਾਤਿ ਦਾ 'ਕਿਸਮਤ' ਜਾਂ 'ਭਾਗ' ਵੀ ਹੈ[5]। ਭਾਗ ਚੰਗਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਖਿੜਦਾ ਹੈ, ਮਾੜਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਖਿੱਝਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਹਉਮੈ ਕਾਰਨ ਦੁਖ-ਸੁਖ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਆਣ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।

ਜਿਸ ਪੱਖੋਂ ਵੀ ਵੇਖੀਏ, ਹਉਮੈ ਜਾਤਿ ਰੂਪ ਹੋ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਉਲਝਨ ਵਿਚ ਹੀ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੇ ਸੱਚ ਕਿਹਾ ਹੈ, "ਜੇ ਕਿਸੇ ਬੰਦੇ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਬੰਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਾ ਅੰਦਰ ਬੈਠੀ ਹਉਮੈ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੀ ਹੈ।"

ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਜਗੁ ਉਪਜੈ

ਸੱਚ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵਸਤ ਵੀ ਵਾਸਤਵਿਕ ਨਹੀਂ। ਪਰ ਇਹ ਸੱਚ ਉਘੜਦਾ ਓਦੋਂ ਹੀ ਹੈ, ਜਦ ਹਉਮੈ ਦਾ ਪੂਰਾ ਅਭਾਵ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਜਦ ਤਕ ਹਉਮੈ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਗਤ ਦਾ ਪ੍ਰਪੰਚ ਵੀ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਗਤ ਦੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਵੀ ਕਾਇਮ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਹਉਮੈ ਦੇ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਿਆਂ ਜਗਤ ਨੂੰ ਅਸਤਿ ਮੰਨ ਲੈਣਾ ਬੰਦੇ ਲਈ ਸੰਭਵ ਵੀ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਜੇ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਲਈ ਖ਼ਤਰੇ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਗਤ ਨੂੰ ਸੱਚ ਮੰਨ ਲੈਣ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਸਾਡਾ ਕੋਈ ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਕ ਮਾਂਗਵਾਂ ਸੱਚ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐਸਾ ਜਗਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਨਾਮਕਰਣ ਦੀ ਸਾਡੀ ਰੁਚੀ ਦਾ ਬੜਾ ਹੱਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਕਾਸੇ ਨੂੰ ਹਉਮੈ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਵਖਰਿਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਰੱਖ ਕੇ ਇਸ ਵਖਰੇਪਨ

---

4. (ੳ) ਲਾਲੈ ਆਪਣੀ ਜਾਤਿ ਗਵਾਈ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨੇ 362-63)*
(ਅ) ਫਕੜ ਜਾਤੀ ਫਕੜੁ ਨਾਉ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 83)*
5. ਹਉਮੈ ਮੇਰਾ ਜਾਤਿ ਹੈ ਅਤਿ ਕ੍ਰੋਧੁ ਅਭਿਮਾਨੁ॥
ਸਬਦਿ ਮਰੈ ਤਾ ਜਾਤਿ ਜਾਇ ਜੋਤੀ ਜੋਤਿ ਮਿਲੈ ਭਗਵਾਨੁ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 429)*

ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਪੱਕਿਆਂ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਨਾਮ ਰੱਖ ਲਈਏ ਤਾਂ ਉਸ ਨਾਮ ਨੂੰ ਵਸਤ ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਸੱਚ ਨੂੰ ਵੀ ਵਸਤ ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਝੂਠ ਨੂੰ ਵੀ ਵਸਤ ਸਮਝ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਦੁਖ ਵੀ ਸਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਹੈ, ਸੁਖ ਵੀ ਕੋਈ ਵਸਤੂ ਹੈ। ਸੁਪਨਾ ਵੀ ਸਾਡੇ ਲਈ ਵਸਤੂ ਹੈ, ਪ੍ਰੇਤ ਵੀ। ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਅਨੇਕਾਂ ਪ੍ਰੇਤ-ਸੰਕਲਪਾਂ ਨਾਲ ਅਸਾਂ ਆਪਣਾ ਜਗਤ ਉਸਾਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਨਾਮਕਰਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸਾਡੇ ਪਾਸ ਭਾਸ਼ਾ ਕਰਕੇ ਆਈ ਹੈ। ਭਾਸ਼ਾ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਦੋ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਪੜਨਾਂਵ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਉਹ ਹਨ – 'ਮੈਂ' ਤੇ 'ਤੂੰ'। ਫਿਰ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਲਿਆ ਖੜਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਜਦ ਤਕ 'ਮੈਂ' ਤੇ 'ਤੂੰ' ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਹਨ, ਤਦ ਤਕ ਝਗੜੇ ਦੀ, ਕਲਹ ਦੀ, ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਵਖੇਵਾਂ ਮੇਟ ਦੇਣ ਤੇ ਇਕ ਹੋ ਜਾਣ, ਤਦ ਇਕ ਨਵੇਂ ਸੁਖ ਦਾ ਉਦੈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਕਬੀਰ ਤੂੰ ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਤੂ ਹੂਆ ਮੁਝ ਮਹਿ ਰਹਾ ਨ ਹੂੰ ॥
ਜਬ ਆਪਾ ਪਰ ਕਾ ਮਿਟਿ ਗਇਆ ਜਤ ਦੇਖਉ ਤਤ ਤੂ ॥

(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1375)

ਹਉਮੈ ਕਰਮ ਕਮਾਇ

ਆਤਮਾ ਤਾਂ ਅਕਰਮ ਹੈ। ਉਹ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਸਾਖੀ ਹੈ, ਵੇਖਦੀ ਹੈ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ? ਹਉਮੈ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਕਰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ – ਚੰਗੇ ਵੀ ਮੰਦੇ ਵੀ। ਹਉਮੈ ਪਾਸ ਹੀ ਇੱਛਾ ਹੈ, ਇਰਾਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹੋ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਬੀਜ ਹਨ। ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਕਰਮ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਹਉਮੈ ਧਾਰ ਲਵੇ, ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਰੇ ਚਾੜ੍ਹਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਦੇ ਕਰਮ ਆਪਣੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਦ ਤਕ ਹਉਮੈ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਹਿੱਤ ਵੀ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਦੀ ਚਾਹਨਾ ਵੀ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਚਾਹਨਾ ਕੇਵਲ ਕਰਮਾਂ ਰਾਹੀਂ ਪੂਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਲਈ ਹਉਮੈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਢੰਗ ਵਰਤਦੀ ਹੈ:

ਹਉਮੈ ਕਰੈ ਕਰਾਵੈ ਹਉਮੈ... ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮ: 4, ਪੰਨਾ 1311)*

ਹਉਮੈ ਕੇਵਲ ਕਰਮ ਕਰਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਕਮਾਉਂਦੀ ਵੀ ਹੈ। ਕਮਾਉਣ ਦਾ ਅਰਥ – ਫਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ। ਜਦ ਭੈੜੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਫਲ ਭੁਗਤਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਹੀਂ ਠਹਿਰਾਉਂਦੀ, ਸਗੋਂ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਠਹਿਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਐਸੇ ਦੋਸ਼-ਆਰੋਪਣ ਵਿਚ ਉਹ ਰੱਬ ਨੂੰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦੀ, ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਬੁਰਾ ਭਲਾ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਭਗਤ ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਨਾਰਾਇਣ ਨਿੰਦਸਿ ਕਾਇ ਭੂਲੀ ਗਵਾਰੀ ॥
ਦੁਕ੍ਰਿਤੁ ਸੁਕ੍ਰਿਤੁ ਥਾਰੋ ਕਰਮੁ ਰੀ ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ ਜੀ, ਪੰਨਾ 695)*

ਇਹ ਭੁੱਲੀ ਗਵਾਰੀ ਕੌਣ ਹੈ ? ਹਉਮੈ ਹੀ ਤਾਂ ਹੈ। ਧੰਧਿਆਂ ਦੀ ਧਾਵਣੀ ਇਸੇ ਦੀ ਦੇਣ ਹੈ। ਕਾਰਾਂ-ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਇਹੋ ਸਾਨੂੰ ਫਸਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਇਉਂ ਸਮਝੋ, ਹਉਮੈ ਹੀ ਮੋਹ-ਰਸ ਦਾ ਅਥਵਾ ਧਾਤ ਦਾ ਰਸਤਾ ਹੈ, ਜੋ ਲਿਵ ਦੇ ਰਾਹ ਸਾਨੂੰ ਚੱਲਣ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦਾ:

ਹਉਮੈ ਧਾਤੁ ਮੋਹ ਰਸਿ ਲਾਈ ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਲਿਵ ਸਾਚੀ ਸਹਜਿ ਸਮਾਈ ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1047)*

ਹਉਮੈ ਸੰਸਾਰ ਉਪਜਾਉਂਦੀ ਤੇ ਉਸ ਵਿਚ ਖਚਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਲਿਵ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਖੋਜਦੀ ਤੇ ਪਰਮਾਤਮ ਨਾਲ ਮੇਲ ਵਿਹਾਜਦੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਸਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਮਝਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹਰ ਚਾਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰਥ ਮੰਨਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਝਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਇਹ ਉੱਠ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਿਚਾਰਾ ਮਨੁੱਖ ਬੇਚਾਰਗੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਨ ਲੱਗੇਗਾ। ਜਦ ਤਕ ਅਸੀਂ ਇਹ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹੀ ਚਾਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰਥ ਹਾਂ, ਤਦ ਤਕ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬੇਚਾਰਗੀ ਵੱਲੋਂ ਨਾ ਜਾਣੂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਨਾ ਕਦੇ ਇਸ ਦੀ ਬਾਤ ਹੀ ਪਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਜਦ ਆਪਣੀ ਬੇਚਾਰਗੀ ਦੀ ਸਮਝ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਦੋਂ ਹੀ ਰੱਬ ਅੱਗੇ ਇਸ ਦੀ ਦੁਹਾਈ ਪਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਰੱਬ ਸਦਾ ਹਰ ਉਸ ਬੇਚਾਰਗੀ ਨੂੰ ਬਹੁੜਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਅੱਗੇ ਬਹੁੜੀ ਦੀ ਦੁਹਾਈ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਬੇਚਾਰਗੀ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਾਉ ਤੇ ਸਰਬ-ਸ਼ਕਤੀਮਾਨ ਕਰਤਾਰ ਅੱਗੇ ਬਾਹੁੜੀ ਪਾਉਣ ਲੱਗੋ ਤਾਂ ਸਮਝੋ ਤੁਸੀਂ ਹਉਮੈ ਦੇ ਚੁੰਗਲ ਵਿੱਚੋਂ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋਣ ਦੇ ਰਾਹੇ ਪੈ ਗਏ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਹਉਮੈ 'ਚੋਂ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਅੰਦਰ ਨਵਾਂ ਵਿਗਾਸ ਪਨਪਦਾ ਤੇ ਨਵੀਂ ਰਹਿਮਤ ਜਾਗਦੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਏਈ ਬੰਧਨਾ

ਹਉਮੈ ਕੋਈ ਵਸਤ ਨਹੀਂ, ਕੇਵਲ ਇਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੈ – ਪ੍ਰਬੰਧ ਵੀ ਐਸਾ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਬੜੇ ਸਖ਼ਤ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਜੇਲ੍ਹਖ਼ਾਨਾ ਇਤਨਾ ਹਨੇਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਜਿਤਨਾ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਆਪਣਾ ਆਪਾ। ਕੋਈ ਜੇਲ੍ਹਰ ਇਤਨਾ ਕਠੋਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਜਿਤਨੀ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹਉਮੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਉੱਤਮ ਮੰਨਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜਾਣੋ ਤੁਹਾਡੀ ਹਉਮੈ ਬਿਫ਼ਰ ਰਹੀ ਹੈ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਹਉਮੈ ਦੀਆਂ ਚੋਟਾਂ ਹੀ ਸਹਿੰਦੇ ਪਏ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਹੀਣ-ਭਾਵਨਾ ਵਿਚ ਗ੍ਰਸੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। ਤਦ ਤੁਹਾਡੀ ਹਉਮੈ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਜ਼ਖ਼ਮ ਦੁਖਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਹਾਲ ਜਦ ਤਕ ਹਉਮੈ ਕਾਇਮ ਹੈ, ਦੁਖ ਹੋਣਾ ਹੀ ਹੋਣਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਮਨਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਕੋਈ ਨਿੰਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਿਰਾਦਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹੋ ਹਉਮੈ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਹਉਮੈ ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਤੇ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਖ਼ੁਸ਼ਾਮਦ ਦੇ ਬੰਦੀਖ਼ਾਨੇ ਵਿਚ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਨਿੰਦਾ ਜਾਂ ਨਿਰਾਦਰ ਤੋਂ ਨਾਰਾਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕ੍ਰੋਧਵਾਨ ਉਦਾਸੀ ਦੇ ਬੰਦੀਖ਼ਾਨੇ ਵਿਚ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਹਾਲ ਵਿਚ 'ਹਉਂ' ਸਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਬੰਦੀ ਵਿਚ ਪਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ:

ਹਉ ਹਉ ਕਰਤ ਬੰਧਨ ਮਹਿ ਪਰਿਆ ਨਹ ਮਿਲੀਐ ਇਹ ਜੁਗਤਾ ॥
(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 642)

ਇਉਂ ਹਉਮੈ ਇਕ ਐਸਾ ਬੰਧਨ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਮੁਕਤ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੇਂਦਾ, ਸਗੋਂ ਬਾਰ ਬਾਰ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਭਟਕਾਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ:

ਹਉਮੈ ਏਈ ਬੰਧਨਾ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਜੋਨੀ ਪਾਹਿ ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 466)

ਇਉਂ ਸਾਡਾ ਆਵਣ-ਜਾਣ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਮੁੱਕਦਾ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ:

ਹਉ ਵਿਚਿ ਆਇਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਗਇਆ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*

ਹਉ ਵਿਚਿ ਜੰਮਿਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਮੁਆ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*

ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਜਾਣ ਲੱਗਿਆਂ ਹਉਮੈ ਬੱਧਾ ਬੰਦਾ ਉਹਨਾਂ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਚਿਤਵਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 'ਮੇਰੀ' (ਮੈਂ ਦੀ) ਕਰ ਕੇ ਜਾਣਦਾ ਹੈ – ਜਿਵੇਂ ਮੇਰੀ ਸੰਪਤੀ, ਮੇਰਾ ਧਨ, ਮੇਰੀ ਪਤਨੀ, ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ, ਮੇਰਾ ਘਰ ਆਦਿ। ਇਹ ਸਭ ਉਸ ਨੂੰ ਯਾਦ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਹ ਸਭ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵੀ ਦੁਖਾਵੀਂ ਜੂਨ ਵਿਚ ਧੱਕ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਭਗਤ ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ ਜੀ ਦੱਸਦੇ ਹਨ:

ਅੰਤਿ ਕਾਲਿ ਜੋ ਲਛਮੀ ਸਿਮਰੈ ਐਸੀ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿ ਜੇ ਮਰੈ ॥
ਸਰਪ ਜੋਨਿ ਵਲਿ ਵਲਿ ਅਉਤਰੈ ॥
ਅਰੀ ਬਾਈ ਗੋਬਿਦ ਨਾਮੁ ਮਤਿ ਬੀਸਰੈ ॥
ਅੰਤਿ ਕਾਲਿ ਜੋ ਇਸਤ੍ਰੀ ਸਿਮਰੈ ਐਸੀ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿ ਜੇ ਮਰੈ ॥
ਬੇਸਵਾ ਜੋਨਿ ਵਲਿ ਵਲਿ ਅਉਤਰੈ ॥
ਅੰਤਿ ਕਾਲਿ ਜੋ ਲੜਿਕੇ ਸਿਮਰੈ ਐਸੀ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿ ਜੇ ਮਰੈ ॥
ਸੂਕਰ ਜੋਨਿ ਵਲਿ ਵਲਿ ਅਉਤਰੈ ॥
ਅੰਤਿ ਕਾਲਿ ਜੋ ਮੰਦਰ ਸਿਮਰੈ ਐਸੀ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿ ਜੇ ਮਰੈ ॥
ਪ੍ਰੇਤ ਜੋਨਿ ਵਲਿ ਵਲਿ ਅਉਤਰੈ ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ ਜੀ, ਪੰਨਾ 526)*

ਇਉਂ ਸੋਚੀਏ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਬੜੀਆਂ ਭੈੜੀਆਂ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਭਰਮਦਾ ਰਹੇਗਾ। ਪਰ ਜੇ 'ਮੈਂ' 'ਮੇਰੀ' ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲ ਜਾਵੇ ਤੇ ਅੰਤ ਕਾਲ ਵੀ ਜੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਕਰ ਲਵੇ ਤਾਂ:

ਅੰਤਿ ਕਾਲਿ ਨਾਰਾਇਣੁ ਸਿਮਰੈ ਐਸੀ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿ ਜੇ ਮਰੈ ॥
ਬਦਤਿ ਤਿਲੋਚਨੁ ਤੇ ਨਰ ਮੁਕਤਾ ਪੀਤੰਬਰੁ ਵਾ ਕੇ ਰਿਦੈ ਬਸੈ ॥

(ਗੂਜਰੀ ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ ਜੀ, ਪੰਨਾ 526)

ਪਰ ਹਉਮੈ ਦੀ ਪਕੜ ਏਡੀ ਕਰੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮ ਵੀ ਸਿਮਰਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਇਹੋ ਵੱਡੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਜੀਉ ਬੰਧੁ ਹੈ ਨਾਮੁ ਨ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥

(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 560)

ਜਾਣਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਕੌਣ ਹੋ ?

ਜੇ ਕੋਈ ਤੁਹਾਥੋਂ ਪੁੱਛੇ, "ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੌਣ ਹੋ ?" ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ

ਤੁਸੀਂ ਕਹੋਗੇ, "ਮੈਂ ਇਕ ਆਤਮਾ ਹਾਂ, ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਅਬਿਨਾਸੀ ਵਸਤ !" ਪਰ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਅਬਿਨਾਸੀ ਵਸਤ ਤੋਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਜਾਣੂ ਹੋ ਕਿ ਸੁਣੀ ਸੁਣਾਈ ਗੱਲ ਹੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ? ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਦਿਲੋਂ ਤੰਗ ਹੋ ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਸੀਂ ਆਤਮਾ ਦੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰੋਗੇ, ਸਗੋਂ ਗ਼ਾਲਬਨ ਇਹ ਕਹੋਗੇ ਕਿ "ਮੈਂ ਇਕ ਬੜਾ ਦੁਖੀ ਇਨਸਾਨ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਰਕਾਰ ਹੈ।" ਰੱਬ ਨਾ ਕਰੇ, ਪਰ ਜੇ ਉਸ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਭੈੜੀ ਖ਼ਬਰ ਆ ਸੁਣਾਂਦਾ ਹੈ – ਤੁਹਾਡੀ ਦੁਕਾਨ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਨੇ ਸੰਨ੍ਹ ਲਗਾ ਲਈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ਰਾਬੀ ਪੁੱਤਰ ਦਾ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਲੜਕੀ ਘਰੋਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਨਿਕਲ (ਉਧਲ) ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੀ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ? ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਇਕਦਮ ਕ੍ਰੋਧਵਾਨ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਲਹਿਰ ਦੌੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਨਾਲੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ 'ਤੇ ਇਲਜ਼ਾਮ ਧਰਦੇ ਜਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਫ਼ਾਈਆਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਲੱਗਦੇ ਹੋ। ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੁਣ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਰਕਾਰ ਨਹੀਂ ਰਹੀ ? ਹੁਣੇ ਤਾਂ ਤੁਸਾਂ ਕਿਹਾ ਸੀ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਰਕਾਰ ਹੈ ! ਐਸੀ ਕੋਈ ਘਟਨਾ ਜੇ ਕਿਸੇ ਨਾਵਾਕਫ਼ ਨਾਲ ਵਾਪਰੀ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਤੁਸਾਂ ਇਕ ਕੰਨ ਵਿੱਚੋਂ ਸੁਣ ਕੇ ਦੂਸਰੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਦੇਣੀ ਸੀ। ਪਰ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਾਪਰੀ ਸੋ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੋ ਗਈ। ਸੋਚੋ ਇਹ ਮਹੱਤਵ ਕਿਸ ਦੇ ਲਈ ਹੋ ਗਿਆ ? ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਅਬਿਨਾਸੀ ਆਤਮਾ ਲਈ ? ਚੋਟ ਤੁਹਾਡੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਵੱਜੀ, ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਵੱਜੀ ਹੈ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਬੰਦੇ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜਿਹਾ ਪ੍ਰਤਿਕਰਮ ਦਿਖਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਤੁਸਾਂ ਅਵੱਸ਼ ਕਹਿਣਾ ਸੀ, "ਓਹਦੀ ਹਉਮੈ ਬੋਲ ਰਹੀ ਹੈ।" ਜੇਕਰ ਤੁਸਾਂ ਇਹੋ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜਾਣ ਲਓ, ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰੋਂ ਵੀ ਹਉਮੈ ਹੀ ਬੋਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਦੀ ਇਹੋ ਵਾਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਤਾਂ ਪਛਾਣ ਲੈਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਛਾਣਦੀ।

ਹਉਮੈ ਕਿਥਹੁ ਉਪਜੈ

ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਸਾਵਧਾਨ ਨਾ ਹੋਈਏ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਕਿਤਿਓਂ ਵੀ ਉਪਜ ਸਕਦੀ ਹੈ - ਬੁੱਧੀ 'ਚੋਂ ਵੀ, ਸਮਾਧੀ 'ਚੋਂ ਵੀ। ਬੁੱਧੀ ਵੀ ਬੜੀ ਹਉਮੈ ਸ਼ੈ ਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਥੋੜ੍ਹੇ ਕੀਤੇ ਕਿਸੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ ਝਲਦੀ ਨਹੀਂ। ਆਪਣੀ ਅਗਿਆਨਤਾ ਮੰਨਣੀ ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ ਭਾਉਂਦੀ ਨਹੀਂ। ਉਹ ਇਹ ਮੰਨਣ ਨੂੰ ਕਦੇ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਦਾ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ। ਉਹ ਕੁੜਾਵੇ ਉੱਤਰ ਵੀ ਘੜੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਪਰ ਆਪਣੀ ਹਾਰ ਨਹੀਂ ਮੰਨੇਗੀ। ਪੰਡਤਾਈ ਦੀ ਹਉਮੈ ਬੜੀ ਵਿਸ਼ੈਲੀ ਹਉਮੈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

"ਮੈਂ ਹਾਂ!" ਦਾ ਇਹਸਾਸ ਤਣਾਓ ਵਿਚ ਫਸੇ ਮਨ ਦੀ ਭਾਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਤਣਾਓ ਹਟ ਜਾਵੇ ਤਾਂ 'ਮੈਂ' ਵੀ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੀਤੇ ਦੇ ਤਣਾਅ 'ਤੇ ਆਉਂਦੇ ਦੇ ਤੌਖ਼ਲੇ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਚੇਤੰਨ ਕਰ ਕੇ ਹੋਰ ਤਿੱਖਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸੋਚੋ : ਤੁਸੀਂ ਕਦੋਂ 'ਮੈਂ' ਭਾਵ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਸਓ ? ਉਹ ਵੇਲਾ ਜ਼ਰੂਰ ਕਿਸੇ ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ ਦਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਰਹਿਮਤ ਦਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇਗਾ।

ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸੁਖੀ ਵੇਖ ਕੇ, ਧਨਵਾਨ ਵੇਖ ਕੇ, ਵੱਡੇ ਮਰਤਬੇ ਵਾਲਾ ਵੇਖ ਕੇ ਜੋ ਈਰਖਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਹੀ ਇਕ ਵਿਗੜਿਆ ਹੋਇਆ ਰੂਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਧਰਮ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਖਾੜਕੂਪੁਣਾ ਵੀ ਧਾਰਮਿਕ ਹਉਮੈ (ਮੇਰਾ ਧਰਮ) ਕਾਰਨ ਹੀ ਉਪਜਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਇਸ ਸਫਲਤਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਣ ਖਲੋਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੀ ਮਿਹਨਤ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਵਿਉਂਤ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਅਕਲ ਨੂੰ ਸਲਾਹੁਣ ਲਈ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਨਿਸਫਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਉੱਤੇ ਕੋਈ ਇਲਜ਼ਾਮ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੀ। ਸਗੋਂ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨਾਕਾਮਯਾਬੀ ਦੇ ਮਨਸੂਬੇ ਬੰਨ੍ਹਣ ਲਈ, ਨਿੰਦਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਹਾਲਾਤ ਵਿਚ ਹੀ ਨੁਕਸ ਕੱਢਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਕੁਝ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਿਸਮਤ ਨੂੰ ਕੋਸਦੀ ਹੈ। ਕਦੇ ਤਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਵੀ ਦੋਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾਉਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ, 'ਬੜੀਆਂ ਅਰਦਾਸਾਂ ਕੀਤੀਆਂ, ਪਰ ਉਸ ਨੇ ਇਕ ਨਹੀਂ ਸੁਣੀ'। ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਕਦੇ ਕਸੂਰਵਾਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਉਸ ਦੀ ਨਿਗਾਹ ਵਿਚ ਸਦਾ ਦੂਸਰੇ ਹੀ ਕਸੂਰਵਾਰ ਹੋਇਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹਉਮੈ ਸਮਾਧੀ 'ਚੋਂ ਵੀ ਉਪਜ ਸਕਦੀ ਹੈ : ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਕ ਸਾਧੂ ਮਹਾਰਾਜ ਦਾ ਇਕ ਚੇਲਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਨੇ ਕਈ ਵਰ੍ਹੇ ਲਗਾਤਾਰ ਸਾਧੂ ਮਹਾਰਾਜ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ। ਇਕ ਦਿਨ ਸਾਧੂ ਜੀ ਪ੍ਰਸੰਨਤਾ ਵਿਚ ਆਏ ਤੇ ਉਸ ਚੇਲੇ ਨੂੰ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ, "ਬੇਟਾ! ਤੂੰ ਸਾਡੀ ਬੜੀ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਸਿੱਖਿਆ ਵੀ ਬੜਾ ਕੁਝ ਹੈ। ਜੋ

ਕੁਝ ਅਸੀਂ ਤੈਨੂੰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਸੀ, ਸਭ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਤੇਰੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਵਸਥਾ ਵੀ ਬੜੀ ਚੰਗੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਹੁਣ ਤੂੰ ਸਾਡੀ ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ ਨਾਲ ਜਾ ਤੇ ਆਪਣਾ ਨਵੇਕਲਾ ਆਸ਼ਰਮ ਖੋਲ੍ਹ ਤੇ ਲੋਕ ਕਲਿਆਣ ਦਾ ਕਾਰਜ ਕਰ।" ਚੇਲਾ ਮਹਾਰਾਜ ਦੇ ਚਰਨ ਪਰਸ ਕੇ ਹੁਕਮ ਦਾ ਪਾਲਨ ਕਰਨ ਚਲਾ ਗਿਆ ਤੇ ਜ਼ਰਾ ਦੁਰਾਡੇ ਜਾ ਕੇ ਇਕ ਪਿੰਡ ਲਾਗੇ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣਾ ਆਸ਼ਰਮ ਖੋਲ੍ਹ ਲਿਆ। ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਥਾ-ਵਾਰਤਾ, ਪ੍ਰਵਚਨ ਹੋਇਆ ਕਰੇ। ਸੰਗਤਾਂ ਜੁੜਨੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈਆਂ। ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਉਥੇ ਇਤਨੀ ਗਹਿਮਾ-ਗਹਿਮ ਹੋਣ ਲੱਗੀ, ਜਿਤਨੀ ਵੱਡੇ ਮਹਾਰਾਜ ਦੇ ਆਸ਼ਰਮ ਵਿਚ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਚੇਲੇ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ ਕਿ ਮਹਾਰਾਜ ਜੀ ਨੂੰ ਇਥੇ ਬੁਲਾ ਕੇ ਇਹ ਰੌਣਕਾਂ ਤਾਂ ਦਿਖਾਈਏ।

ਸੋ ਉਹ ਮਹਾਰਾਜ ਜੀ ਦੇ ਆਸ਼ਰਮ ਚਲਾ ਗਿਆ ਤੇ ਮਹਾਰਾਜ ਦੀ ਜੈ ਜਾ ਬੁਲਾਈ। ਮਹਾਰਾਜ ਨੇ ਹਾਲ-ਚਾਲ ਪੁੱਛਿਆ ਤਾਂ ਚੇਲਾ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, "ਭਗਵਾਨ ਦੀ ਅਪਾਰ ਕਿਰਪਾ ਹੈ। ਇਤਨੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਚਿਰ ਵਿਚ ਹੀ ਉਥੇ ਇਤਨੀ ਰੌਣਕ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪਈ ਹੈ, ਮਹਾਰਾਜ! ਜਿਤਨੀ ਇਸ ਆਸ਼ਰਮ ਵਿਚ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦਿਨ ਆਪ ਆ ਕੇ ਚਰਨ ਪਾਓ ਤੇ ਆਪ ਦੇ ਲਾਏ ਹੋਏ ਬੂਟੇ ਦੀ ਸੋਭਾ ਵੇਖੋ।" ਮਹਾਰਾਜ ਸਮਝ ਗਏ ਕਿ ਚੇਲਾ ਹਉਮੈ ਦੇ ਵੱਸ ਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਉਸ ਦਾ ਨਿਮੰਤ੍ਰਣ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਤੇ ਉਥੇ ਪਧਾਰਨ ਦਾ ਦਿਨ ਉਸ ਨਾਲ ਮੁਕੱਰਰ ਕਰ ਲਿਆ।

ਮੁਕੱਰਰ ਹੋਏ ਦਿਨ, ਮਹਾਰਾਜ ਚੇਲੇ ਦੇ ਆਸ਼ਰਮ ਜਾ ਪਧਾਰੇ। ਉਥੇ ਸੱਚਮੁੱਚ ਬੜੀ ਰੌਣਕ ਸੀ। ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕ ਛੋਟੇ ਸੁਆਮੀ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਵਚਨ ਸੁਣਨ ਆਏ ਹੋਏ ਸਨ। ਤਰਕਾਲਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਚੇਲਾ ਏਕਾਂਤ ਵਿਚ ਇਕੱਠੇ ਬੈਠੇ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਬੇਟਾ ਭਗਵਾਨ ਦੀ ਤੇਰੇ 'ਤੇ ਅਪਾਰ ਕਿਰਪਾ ਹੋਈ ਹੈ। ਸੱਚਮੁੱਚ ਸਾਡੇ ਆਸ਼ਰਮ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਤੇਰੇ ਆਸ਼ਰਮ ਵਿਚ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਤੇਰੇ ਪ੍ਰਵਚਨ ਵਿਚ ਵੀ ਬੜੀ ਖਿੱਚ ਹੈ। ਐਵੇਂ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਇਤਨੇ ਲੋਕ ਇਥੇ ਇਕੱਠੇ ਹੁੰਦੇ। ਪਰ, ਸਮਾਧੀ ਦਾ ਵੀ ਸੁਣਾਓ, ਉਹ ਵੀ ਠੀਕ ਲੱਗ ਰਹੀ ਹੈ ਨਾ?" ਚੇਲੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮਹਾਰਾਜ, ਆਪ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਸਦਕਾ ਸਮਾਧੀ ਵੀ ਖ਼ੂਬ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।" ਗੁਰੂ ਜੀ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ, "ਬੇਟਾ! ਇਕ ਗੱਲ ਵੱਲੋਂ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੀਂ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਇਕ ਬਾਂਦਰ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਸਮਾਧੀ ਭੰਗ ਕਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਸਚੇਤ ਰਹੀਂ।" ਚੇਲੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮਹਾਰਾਜ, ਆਪ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ, ਬਾਂਦਰ ਨਾ ਕਦੇ ਪਹਿਲਾਂ ਆਇਆ, ਨਾ ਹੁਣ ਕਦੇ ਆਵੇਗਾ।" ਚੇਲੇ ਵੱਲੋਂ ਆਸ਼ਵਾਸਨ ਮਿਲ ਜਾਣ 'ਤੇ ਕਿ ਉਹ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਬਾਂਦਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਵੜਨ ਦੇਵੇਗਾ, ਸੁਆਮੀ ਮਹਾਰਾਜ ਵਾਪਸ ਆਪਣੇ ਆਸ਼ਰਮ ਪਰਤ ਆਏ।

ਰਾਤ ਚੇਲਾ ਇਹ ਸੋਚਦਾ ਸੋਚਦਾ ਸੁੱਤਾ ਕਿ ਵੱਡੇ ਮਹਾਰਾਜ ਜੀ ਨੂੰ ਵੀ ਪਤਾ ਤਾਂ ਲੱਗਾ ਕਿ ਮੇਰਾ ਕਿਤਨਾ ਤੇਜ ਪ੍ਰਤਾਪ ਹੈ। ਰੋਜ ਵਾਂਗੂੰ ਉਹ ਤੜਕੇ ਉਠਿਆ ਤੇ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਬੈਠਾ। ਅਜੇ ਸਮਾਧੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੱਗੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਮਹਾਰਾਜ ਦੀ ਦਿੱਤੀ ਚਿਤਾਵਨੀ ਯਾਦ ਆ ਗਈ – "ਮਤ ਬਾਂਦਰ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਆ ਵੜੇ।" ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਆਉਂਦਿਆਂ ਹੀ ਉਸ ਦੇ ਧਿਆਨ ਅੰਦਰ ਇਕ ਬਾਂਦਰ ਆ ਖਲੋਤਾ। ਉਸ ਬੜੇ ਉਪਾਓ ਕੀਤੇ ਬਾਂਦਰ ਨੂੰ ਦਫ਼ਾ ਕਰਨ ਦੇ, ਪਰ ਉਹ

ਨਾ ਹੀ ਗਿਆ। ਉਸ ਦਿਨ ਤੋਂ ਬਾਦ ਜਦ ਵੀ ਉਹ ਧਿਆਨ ਲਈ ਬੈਠਦਾ, ਬਾਂਦਰ ਝੱਟ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਆ ਵੜਦਾ। ਉਹ ਬੜਾ ਦੁਖੀ ਹੋਇਆ ਤੇ ਸੋਚਿਆ, "ਵੱਡੇ ਮਹਾਰਾਜ ਨੂੰ ਜਾ ਕੇ ਦੱਸਾਂ, ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਗਏ ਹਨ ? ਜਦੋਂ ਦਾ ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਬਾਂਦਰ ਵੱਲੋਂ ਸਚੇਤ ਕਰ ਕੇ ਗਏ ਹਨ, ਬਾਂਦਰ ਨਿਤਾਪ੍ਰਤਿ ਮੇਰੀ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਆਣ ਵੜਦਾ ਹੈ।

ਸੋ ਉਹ ਵੱਡੇ ਮਹਾਰਾਜ ਦੇ ਆਸ਼ਰਮ ਜਾ ਪਹੁੰਚਾ। ਮਹਾਰਾਜ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਤੇ ਆਪਣੀ ਦੁਖਦਾਈ ਵਿਥਿਆ ਸੁਣਾਈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਦੇ ਉਹ ਚਿਤਾਵਨੀ ਦੇ ਕੇ ਗਏ ਨੇ, ਇਕ ਬਾਂਦਰ ਬਦੋ-ਬਦੀ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਆ ਵੜਦਾ ਹੈ। ਮਹਾਰਾਜ ਨੇ ਸੁਣਿਆ ਤਾਂ ਮੁਸਕਰਾ ਪਏ ਤੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ, "ਬੇਟਾ! ਕਿਹੜਾ ਬਾਂਦਰ ਹੈ, ਜੋ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਆ ਵੜਦਾ ਹੈ ? ਇਹ ਤਾਂ ਤੇਰਾ ਹਉਮੈ ਗ੍ਰਸਿਆ ਆਪਣਾ ਮਨ ਹੈ, ਜੋ ਏਨੇ ਸਾਲਾਂ ਬਾਦ ਵੀ ਬਾਂਦਰ ਟਪੋਸੀਆਂ ਮਾਰਨੋਂ ਨਹੀਂ ਹਟਦਾ। ਜਾ ਇਸ ਹਉਮੈ ਦਾ ਤਿਆਗ ਕਰ, ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਵਿਚ ਆ ਜਾ, ਫਿਰ ਇਹ ਬਾਂਦਰ ਤਾਂ ਕੀ, ਕੋਈ ਬਾਂਦਰ ਵੀ ਉਥੇ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕੇਗਾ।"

ਹਉਮੈ ਦੇ ਦਾਖ਼ਲੇ ਦਾ ਕੋਈ ਇਕ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਬੂਹੇ ਥਾਣੀ ਵੀ ਅੰਦਰ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੇ ਕੇਹਾ ਸੱਚ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਹਉਮੈ ਦੀ ਕੋਈ ਇਕ ਇਕੱਲੀ ਹੋਂਦ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦੀਆਂ ਤਾਂ ਹੇੜਾਂ ਦੀਆਂ ਹੇੜਾਂ ਭੱਜਦੀਆਂ ਫਿਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਭੱਜੀਆਂ ਫਿਰਦੀਆਂ ਹੇੜਾਂ ਦੀਆਂ ਹੇੜਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਕੋਈ ਆਸਾਨ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਹਉਮੈ ਏਹੋ ਹੁਕਮੁ ਹੈ

ਇਬਰਾਨੀ ਮਤਾਂ ਵਿਚ ਨੇਕੀ ਦੇ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਰੱਬ ਸਾਨੂੰ ਤੋਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਦੀ ਦੇ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਸ਼ੈਤਾਨ ਬਹਿਕਾ ਲਿਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਦੋਨਾਂ ਰਸਤਿਆਂ ਦਾ ਮਾਲਕ ਕੇਵਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਹੀ ਹੈ[1], ਇਸ ਲਈ 'ਹਉਮੈ' ਵੀ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਧਾਤ ਦੇ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਧੱਕ ਲਿਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਕੁਮਾਰਗ 'ਤੇ ਭਰਮਾਈ ਫਿਰਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਹੀ ਸਭ ਕੁਝ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਸੇ ਦੀ ਆਗਿਆ ਵਿਚ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।[2] ਇਹ ਲੋਕਾਈ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤਿਵਤਾ ਦਾ ਭਾਵ ਜਗਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਹੀ ਸਭ ਅੰਦਰ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਆਉਣ-ਜਾਣਾ, ਜੰਮਣ-ਮਰਨਾ, ਲੈਣਾ-ਦੇਣਾ, ਖਟਣਾ-ਗੁਆਉਣਾ, ਹੱਸਣਾ-ਰੋਣਾ, ਭਰਨਾ-ਧੋਣਾ ਸਭ ਹਉਮੈ ਕਾਰਨ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[3] ਪਾਪ ਤੇ ਪੁੰਨ, ਮੂਰਖਤਾ ਤੇ ਸਿਆਣਪ

1. ਰਾਹ ਦੋਵੈ ਖਸਮੁ ਏਕੋ ਜਾਣੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 223)*
2. ਹਉਮੈ ਏਹੋ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਪਇਐ ਕਿਰਤਿ ਫਿਰਾਹਿ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 466)*
3. ਹਉ ਵਿਚਿ ਆਇਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਗਇਆ॥ ਹਉ ਵਿਚਿ ਜੰਮਿਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਮੁਆ॥
ਹਉ ਵਿਚਿ ਦਿਤਾ ਹਉ ਵਿਚਿ ਲਇਆ॥ ਹਉ ਵਿਚਿ ਖਟਿਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਗਇਆ॥
(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)

ਵੀ ਸਭ ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[4] ਮੁੜ ਮੁੜ ਕੇ ਜਨਮ ਵੀ ਅਸੀਂ ਹਉਮੈ ਕਾਰਨ ਹੀ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਨਰਕ ਤੇ ਸੁਰਗ ਵੀ ਅਸੀਂ ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਹੀ ਭੋਗਦੇ ਹਾਂ[5], ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਦੈਵੀ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ 'ਨਿੱਜਤਾ' ਦੇ ਭਾਵ ਹੰਢਾਉਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

ਦਰਅਸਲ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ 'ਹਉਮੈ' ਦੀ ਠਗਉਲੀ ਪਾ ਕੇ ਹੀ ਜਗਤ ਦੀ ਉਤਪਤੀ ਕੀਤੀ ਹੈ।[6] ਹਰ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਹਉਮੈ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੈ, ਇਹੋ ਉਤਪਤੀ ਦਾ ਮੂਲ ਹੈ।[7] ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਇਸੇ ਦੇ ਮੋਹ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ[8] ਤੇ ਹਉਮੈ ਮਮਤਾ ਵਿਚ ਭਰਮਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[9] ਹਰ ਕੋਈ ਸੁਧੀ ਹਉਮੈ ਹੋਇਆ ਪਿਆ ਹੈ[10], ਸਾਰੀ ਆਰਜਾ 'ਹਉਂ, ਹਉਂ' ਕਰਦਿਆਂ ਬਿਤਾਉਂਦਾ ਹੈ।[11] ਸਾਰਾ ਜਨਮ ਇਸੇ ਮੂਰਖਤਾ ਵਿਚ ਬਰਬਾਦ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।[12] ਇਉਂ ਗਰਬ ਨਾਲ ਅੱਟਿਆ, ਹਉਮੈ ਨਾਲ ਲੱਦਿਆ ਹੀ ਤੁਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅੰਤ ਪਛਤਾਉਂਦਾ ਹੈ।[13] ਇਹ ਸਾਰੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਹੁਕਮ ਦੀ ਹੀ ਖੇਡ ਹੈ।

ਵੱਡਾ ਵਿਰੋਧਾਭਾਸ ਇਥੇ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਹਉਮੈ ਜੋ ਮਾਲਕ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਉਪਜਦੀ ਹੈ, ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਤੋਂ ਹੀ ਬੇਖ਼ਬਰ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਸਾਥੋਂ ਹੁਕਮ ਹੀ ਬੁੱਝਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।[14] ਇਉਂ ਹੁਕਮੀ ਵੱਲ ਪਿੱਠ ਕਰ ਖੜੋਂਦੇ ਹਾਂ। ਮੂਲਹੁ ਭੁੱਲੇ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ ਹੀ ਬੇਗਾਨੇ ਹੋਏ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ।[15] ਅਸਲ ਵਿਚ ਜਦ ਹਉਮੈ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਲਹਿਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਉਥੇ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਕੇ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਦਿੱਸਦਾ ਨਹੀਂ, ਜੇ ਉਹ ਦਿੱਸ ਪਵੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਉਥੇ ਠਹਿਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ।[16]

ਹਉਮੈ ਸਭੁ ਸਰੀਰੁ ਹੈ

-1-

ਮੈਂ ਅਜੇ ਨਿੱਕਾ ਜਿਹਾ ਸਾਂ, ਸ਼ਾਇਦ ਪੰਜ ਜਾਂ ਛੇ ਸਾਲਾਂ ਦਾ ਹੀ, ਜਦ ਮੇਰੇ ਦਾਦਾ ਜੀ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਇਕ ਖੇਡ ਖੇਡਿਆ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਪੁੱਛਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ,

---

4. ਹਉ ਵਿਚਿ ਸਚਿਆਰੁ ਕੂੜਿਆਰੁ॥ ਹਉ ਵਿਚਿ ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਵੀਚਾਰੁ॥...
   ਹਉ ਵਿਚਿ ਮੂਰਖੁ ਹਉ ਵਿਚਿ ਸਿਆਣਾ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*
5. ਹਉ ਵਿਚਿ ਨਰਕਿ ਸੁਰਗਿ ਅਵਤਾਰੁ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*
6. ਹਉਮੈ ਬਿਖੁ ਪਾਇ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ...॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1009)*
7. ਹਉਮੈ ਸਭੁ ਸਰੀਰੁ ਹੈ ਹਉਮੈ ਓਪਤਿ ਹੋਇ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 560)*
8. ਹਉਮੈ ਮੋਹੁ ਉਪਜੈ ਸੰਸਾਰਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1057)*
9. ਹਉਮੈ ਮੇਰਾ ਭਰਮੈ ਸੰਸਾਰੁ॥ *(ਵਾਰ ਬਿਲਾਵਲ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 841)*
10. ਇਕਿ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਗਰਬਿ ਵਿਆਪੇ॥ ਹਉਮੈ ਹੋਇ ਰਹੇ ਹੈ ਆਪੇ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1060)*
11. ਹਉ ਹਉ ਕਰਤ ਬਿਹਾਇ ਅਵਰਦਾ ਜੀਅ ਕੋ ਕਾਮੁ ਨ ਕੀਨਾ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 615)*
12. ਹਉਮੈ ਕਰਦਿਆ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਆ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1063)*
13. ਗਾਰਬਿ ਲਾਗਾ ਜਾਹਿ ਮੁਗਧ ਮਨ ਅੰਤਿ ਗਇਆ ਪਛੁਤਾਵਹੇ॥
    ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਿਸਨਾ ਰੋਗੁ ਲਗਾ ਬਿਰਥਾ ਜਨਮੁ ਗਵਾਵਹੇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 441)*
14. ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਵਈ ਹੁਕਮੁ ਨ ਬੁਝਿਆ ਜਾਇ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 560)*
15. ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਪ੍ਰਭੁ ਕੋਇ ਨ ਪਾਏ॥ ਮੂਲਹੁ ਭੁਲਾ ਜਨਮੁ ਗਵਾਏ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 664)*
16. ਹਉਮੈ ਕਰੀ ਤਾਂ ਤੂ ਨਾਹੀ ਤੂ ਹੋਵਹਿ ਹਉ ਨਾਹਿ॥ *(ਮਾਰੂ ਵਾਰ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1092)*

"ਬੇਟਾ, ਦੱਸ ਜਸਵੰਤ ਕਿਥੇ ਹੈ ?" ਮੈਂ ਛਾਤੀ 'ਤੇ ਹੱਥ ਰੱਖਣਾ ਤੇ ਕਹਿਣਾ, "ਇਹ ਹੈ!" ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੱਸ ਕੇ ਕਹਿਣਾ, "ਇਹ ਤਾਂ ਤੇਰੀ ਛਾਤੀ ਹੈ, ਦੱਸ ਜਸਵੰਤ ਕਿਥੇ ਹੈ ?" ਤਦ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਾਣਾ ਤੇ ਕਹਿਣਾ, "ਇਹ ਹੈ!" "ਇਹ ਤਾਂ ਤੇਰਾ ਸਿਰ ਹੈ।" ਉਹਨਾਂ ਫਿਰ ਹੱਸਦਿਆਂ ਕਹਿਣਾ ਤੇ ਫਿਰ ਤੋਂ ਪੁੱਛਣਾ, "ਦੱਸ ਬੇਟਾ, ਜਸਵੰਤ ਕਿਥੇ ਹੈ ?" ਮੈਂ ਸਿਰ ਤੋਂ ਪੈਰਾਂ ਤਕ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਹੱਥ ਫੇਰਨਾ ਤੇ ਕਹਿਣਾ, "ਔਹ ਦੇਖੋ!" ਉਹਨਾਂ ਆਖਣਾ, "ਬੇਟਾ! ਇਹ ਤਾਂ ਤੇਰਾ ਸਰੀਰ ਹੈ, ਜਸਵੰਤ ਕਿਥੇ ਹੈ ?" ਤਦ ਮੈਂ ਛਿੱਥਾ ਜਿਹਾ ਪੈ ਕੇ ਆਖ ਦੇਣਾ, "ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ।" ਮੇਰੇ ਦਾਦਾ ਜੀ ਨੇ ਕਹਿਣਾ ਕਿ ਬੇਟਾ ਯਾਦ ਰੱਖੀਂ ਕਿ ਤੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ। ਪਰ ਇਕ ਗੱਲ ਜ਼ਰੂਰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸੀ ਕਿ ਉਦੋਂ ਮੇਰੀ ਹਉਂ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਅਵੱਸ਼ ਸੰਬੰਧਿਤ ਲੱਗਦੀ ਸੀ।

ਜਦ ਮੇਰਾ ਬੇਟਾ ਛੋਟਾ ਸੀ, ਮੈਂ ਵੀ ਉਸ ਨਾਲ ਇਹੋ ਖੇਡ ਖੇਡਣੀ ਚਾਹੀ। ਮੈਂ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ, "ਬੇਟਾ, ਦੱਸ ਅੰਤਰਪ੍ਰੀਤ ਕਿਥੇ ਹੈ ?" ਉਸ ਨੇ ਵੀ ਮੇਰੇ ਹੀ ਵਾਂਗਰਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਛਾਤੀ 'ਤੇ, ਫਿਰ ਸਿਰ 'ਤੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਹੱਥ ਫੇਰ ਕੇ ਕਿਹਾ, "ਔਹ ਦੇਖੋ!" ਜਦ ਬਾਬੇ ਵਾਂਗ ਮੈਂ ਫੇਰ ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦੁਹਰਾਇਆ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰ ਕੇ ਕਿਹਾ, "ਅੰਤਰਪ੍ਰੀਤ ਇਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੈ।" ਇੱਕੋ ਪੀੜ੍ਹੀ ਵਿਚ ਉਹ ਹਉਮੈ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸੀ, ਹੁਣ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਚਲੀ ਗਈ ਸੀ। ਬਾਹਰਲੇ ਸੰਸਾਰ ਤੇ ਬਾਹਰਲੇ ਹਾਲਾਤ ਨਾਲੋਂ ਭਿੰਨ ਹੋ ਗਈ ਸੀ।

ਪਰ ਇਹ ਸਰੀਰ ਹੈ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੈ, ਮੌਜੂਦ ਸਭ ਸਰੀਰਾਂ ਵਿਚ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਸਰੀਰ ਇਸ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਨਹੀਂ। ਜਿੱਚਰ ਬੱਚਾ ਸਿਰਫ਼ ਲੈਂਦਾ ਹੀ ਲੈਂਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਮਾਂ ਪਾਸੋਂ ਦੁੱਧ ਜਾਂ ਵੱਡਿਆਂ ਪਾਸੋਂ ਲਾਡ ਆਦਿ), ਤਦ ਤਕ ਉਸ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਹਉਂ ਮੱਧਮ ਜਿਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਉਹ ਦੇਣਾ ਜਾਣਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵਸਤ ਹੁਦਾਰ ਜਾਂ ਮੰਗਤੇ ਤਾਈਂ ਦਾਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਲੋੜਵੰਦ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ) ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਹਉਂ ਤਕੜੇਰੀ ਹੋਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਜੋ ਇਹ ਪੰਕਤੀ ਹੈ – "ਹਉਮੈ ਸਭੁ ਸਰੀਰੁ ਹੈ" – ਇਸ ਦੇ ਇੱਕੋ ਵੇਲੇ ਦੋ ਅਰਥ ਨਿਕਲਦੇ ਜਾਪਦੇ ਹਨ – ਇਕ ਤਾਂ ਇਹ ਕਿ ਹਉਮੈ ਸਾਰੇ ਹੀ ਸਰੀਰਾਂ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜਾ ਇਹ ਕਿ ਇਹ 'ਸਰੀਰ' ਨਾਲ ਬੜੀ ਪੱਕੀ ਤੇ ਗੂੜ੍ਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵੀ ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਹੀ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਹਉਮੈ ਦਾ ਏਡਾ ਪੱਕਾ ਤੇ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਸੰਬੰਧ ਹੋਣਾ ਸਾਨੂੰ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਆਓ ਵੇਖੀਏ! ਇਹ ਸਰੀਰ ਹੈ ਕੀ, ਹਉਮੈ ਜਿਸ ਉਪਰ ਆਪਣੀ ਮਾਲਕੀ ਮੰਨੀ ਬੈਠੀ ਹੈ।

-2-

ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਅਸੀਂ 'ਆਪਣਾ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਆਓ ਸੋਚੀਏ, ਇਹ ਸੱਚਮੁੱਚ ਆਪਣਾ ਹੈ ਵੀ ? ਹਰ ਵੇਲੇ ਸਾਰੇ ਤੱਤ ਤਾਂ ਇਸ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ, ਬਾਹਰੋਂ ਤੁਰੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ –

ਪਉਣ ਵੀ (ਸਾਡੇ ਸੁਆਸ ਬਣ ਕੇ), ਪਾਣੀ ਵੀ (ਸਾਡਾ ਲਹੂ ਤੇ ਹੋਰ ਰਸ ਬਣਾਉਣ ਲਈ), ਧਰਤੀ ਵੀ (ਸਾਡੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਬਣ ਕੇ)। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੱਤ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਵੀ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਉਣ (ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੇ ਸੁਆਸਾਂ ਨਾਲ), ਪਾਣੀ (ਮੂਤ, ਪਸੀਨਾ, ਅੱਥਰੂਆਂ ਆਦਿ ਨਾਲ), ਧਰਤੀ (ਮਲ, ਬਲਗਮ ਆਦਿ ਰਾਹੀਂ)। ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਕੇਵਲ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜਾਈ ਹੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਹ ਆਪਣਾ ਕਿਵੇਂ ਹੈ ? ਸਾਡਾ ਆਪਣਾ ਇਸ ਵਿਚ ਹੈ ਕੀ ? ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਇਸ ਉਪਰ ਆਪਣੀ ਮਾਲਕੀ ਜਤਾਉਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ?

ਸਰੀਰ ਨੂੰ 'ਮੇਰਾ ਆਪਣਾ' ਕਹਿਣ ਦੀ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਨੇ ਪਿਰਤ ਪਾਈ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਹ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵੇਖਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸਰੀਰਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਇਸ ਨੂੰ 'ਵੱਖਰਾ' ਵੀ ਤੇ 'ਆਪਣਾ' ਵੀ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਕੀ ਇਹ ਵੱਖਰਾਪਨ ਸਹੀ ਹੈ ਕਿ ਭੁਲੇਖਾ ਹੀ ਹੈ ? ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਸਾਹਵੇਂ ਖਲੋਤੇ ਹੋ। ਜਿਹੜਾ ਸਾਹ ਤੁਸਾਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ ਹੈ, ਕੀ ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਸਾਹ ਅੰਦਰ ਲੈਂਦਿਆਂ, ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਨਹੀਂ ਲੈ ਗਿਆ ? ਤੁਹਾਡੇ ਮਲ 'ਚੋਂ ਜੋ ਖਾਦ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਪਈ ਹੈ, ਕੀ ਉਸ ਦਾ ਕੋਈ ਭਾਗ ਉਸ ਖ਼ੁਰਾਕ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਨਹੀਂ ਚਲਾ ਗਿਆ, ਜੋ ਮੈਂ ਖਾਧੀ ਹੈ ? ਕੀ ਮੇਰੇ ਹੰਝੂਆਂ ਅੰਦਰ ਤੁਹਾਡਾ ਪਸੀਨਾ ਹੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਆ ਕੇ ਵਹਿਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ? ਤਾਂ ਕੀ ਅਸੀਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਵੱਖਰੇ ਹਾਂ ?

ਸਰੀਰ ਦਾ ਵੱਖਰਾਪਨ ਜੇ ਭਰਮ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਹੋਰ ਕੀ ਹੈ ? ਇਕ ਦਿਨ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਕਈ ਅਰਬਾਂ ਅਣੂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਖ਼ਾਰਜ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਇਤਨੇ ਕੁ ਹੀ ਬਾਹਰੋਂ ਅੰਦਰ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਉਂ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਕੇਵਲ ਬਾਹਰੋਂ ਹੁਦਾਰੇ ਲਏ ਗਏ ਅਣੂਆਂ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੁਦਾਰ ਵੀ ਕਦੇ 'ਆਪਣਾ' ਹੁੰਦਾ ਹੈ ? ਹੁਦਾਰ ਲਈ ਹੋਈ ਵਸਤ ਉਪਰ ਕਦੋਂ ਕੋਈ ਆਪਣੀ ਮਾਲਕੀ ਜਤਾ ਸਕਿਆ ਹੈ ?

ਵਹਿੰਦੇ ਪਾਣੀਆਂ ਵਿਚ ਬੜੀ ਵਾਰ ਕੋਈ ਘੁੰਮਣਘੇਰੀ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਈ ਕਈ ਚਿਰ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਸਾਨੂੰ ਇਉਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਕਾਇਮ ਖਲੋਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਗਹੁ ਨਾਲ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਚ ਕੁਝ ਪਾਣੀ ਬਾਹਰੋਂ ਅੰਦਰ ਆਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕੁਝ ਅੰਦਰੋਂ ਬਾਹਰ ਵੀ ਨਿਕਲੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਵੀ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਘੁੰਮਣਘੇਰੀ ਹੀ ਹੈ, ਤੇ ਉਵੇਂ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਅੱਗੋਂ ਭਾਸ਼ਾ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ 'ਸਰੀਰ' ਨਾਮ ਦੇ ਕੇ ਇਕ ਨਿਵੇਕਲੀ ਵਸਤ ਬਣਾ ਧਰਿਆ ਹੈ। ਜਦ ਇਸ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਕੇਵਲ ਅਰਬਾਂ ਅਣੂਆਂ ਦੀ ਆਵਾਜਾਈ ਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਥਿਰ ਕਿਵੇਂ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਉਪਰ ਮਾਲਕੀ ਕੈਸੀ ? ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤਾਂ ਹਰ ਵੇਲੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਹੁੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ ਅਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ 'ਓਹਾ' ਸਮਝਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੇ ਬਚਪਨ ਵਿਚ ਵਸਤਾਂ ਬਾਹਰੋਂ ਅੰਦਰ ਵਧੇਰੇ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਬਾਹਰ ਘੱਟ ਨਿਕਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਦੇ ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਵੱਧਦੇ ਹਨ। ਵੱਡਿਆਂ ਵਿਚ ਸਮਤੋਲ ਜਿਹਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸਮਤੋਲ ਦਾ ਇਹ ਮਤਲਬ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਨਾ ਕੁਝ ਅੰਦਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਬਾਹਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਵਾਜਾਈ,

ਬਾਵਜੂਦ ਬਰਾਬਰ ਹੋਣ ਦੇ, ਬੜੀ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਸ ਸਾਰੀ ਆਵਾਜਾਈ ਨੂੰ ਮਨਫ਼ੀ ਕਰ ਦਿਉ ਤਾਂ ਪਿੱਛੇ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਬਚੇਗਾ, ਹੱਡੀਆਂ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿਚ ਅੰਦਰ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਾਹਰ ਵਧੇਰੇ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਅਸੀਂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ 'ਓਹੋ', 'ਆਪਣਾ' ਤੇ ਸਭ ਕਾਸੇ ਤੋਂ 'ਵੱਖਰਾ' ਮੰਨੀ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਸਭੇ ਜੇ ਭਰਮ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਹੋਰ ਕੀ ਹਨ ? ਜੇ ਇਹ ਸਭ ਭਰਮ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਉੱਤੇ ਕਾਇਮ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਸਰੀਰ ਕਿਵੇਂ ਸੱਚ ਹੈ? ਫਿਰ ਜਿਹੜੀ ਹਉਮੈ ਇਸ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਤਦਾਤਮੀਕਰਨ ਕਰੀ ਰੱਖਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਤਾਂ ਭਰਮ ਵਰਗੀ ਹੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਹਉਮੈ ਮਨੁ ਅਸਥੂਲੁ ਹੈ

ਹਉਮੈ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਬਾਹਰਲੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਉਹ ਭਾਗ ਹੈ, ਜੋ ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੋਂ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਤੱਖ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਉਪਰ ਆਪਣੇ ਕਰਮ-ਇੰਦਰਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਚਿਤਵੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਇਸ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨਾਲ ਦੁਪਾਸੜਾ ਸੰਬੰਧ ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਹੈ। ਇਹੋ ਇਸ ਦੀ ਸਥੂਲਤਾ ਦਾ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਸਦਾ ਉਡੀਕਦੀ ਹੈ ਬਾਹਰਲੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਗਿਆਨ ਨੂੰ। ਉਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸੰਭਾਲਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਸ ਰਾਹੀਂ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਤੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਹ ਵਿਚਾਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਦੇਖੇ ਗਏ ਹਾਲਾਤ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿਚ ਕੋਈ ਕਰਮ ਕਰਨਾ ਦਰਕਾਰ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ ? ਜੇ ਦਰਕਾਰ ਹੈ ਤਾਂ ਬਾਹਰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਨ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਕਿ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤਬਦੀਲੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦਾ ? ਇਉਂ ਸਮਝੋ, ਇਹ ਨਿੱਜ ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਆਪੋ ਵਿਚ ਅਨੁਕੂਲਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਦੇ ਸਾਧਨ ਲਈ ਇੱਛਾ ਤੇ ਮਨਸ਼ਾ ਇਸ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਉਪਕਰਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਬਾਹਰ ਸਥੂਲਤਾ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਸੂਖਮਤਾ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਦੋਹਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਖੜੋਤੀ ਦੋਹਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਸੁਰਮੇਲ ਕਰਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਇਹ ਅੰਦਰਲੀ ਸੂਖਮਤਾ ਦਾ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਸਥੂਲ ਰੂਪ ਹੋ ਨਿਬੜਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਮਨ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਇਤਨੀ ਸਥੂਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨ ਅੰਦਰ ਇਸ ਦੇ ਪੈਰਾਂ ਦਾ ਖੜਾਕ (ਪੈਖੜ) ਸੁਣਾਈ ਦੇਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।[17]

ਦਿੱਸਦਾ ਸੰਸਾਰ ਹਰ ਪਲ ਬਦਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲ ਪ੍ਰਪੰਚ ਦੇ ਅੰਤਰਗਤ ਸਾਡੇ ਆਪੇ ਦੀ ਆਪਣੀ ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲਤਾ ਬੜੀ ਸੰਘਣੀ ਅਨਿਸਚਿਤਤਾ ਅਥਵਾ ਘੋਰ ਬੇ-ਯਕੀਨੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉੱਡੀ ਜਾਂਦੀ ਉਮਰ, ਬਦਲੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਲਾਤ, ਬਣਦੇ-ਬਿਨਸਦੇ ਸੰਬੰਧ, ਬੇ-ਮੁਨਿਆਦੀ ਆਯੂ ਤੇ ਅੰਤ ਕਾਲ,

---

17. ਹਉਮੈ ਪੈਖੜੁ ਤੇਰੇ ਮਨੈ ਮਾਹਿ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1189)*

ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਪਤਾ ਨਹੀਂ, ਕਦ ਆਣ ਪਹੁੰਚੇ – ਇਹ ਸਭ ਇਸੇ ਘੋਰ ਬੇ-ਯਕੀਨੀ ਦੀਆਂ ਲਗਾਤਾਰ ਤੁਰੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਚੇਤਾਵਨੀਆਂ ਹਨ। ਅਵਿਰਲ ਵਰਤਦੀ ਇਹ ਲਾ-ਯਕੀਨੀ ਸਾਡੇ ਲਈ ਅਵਿਰਲ ਤੌਖ਼ਲੇ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤੌਖ਼ਲੇ, ਇਸ ਭੈਅ ਦੇ ਮਾਰੇ ਅਸੀਂ ਸਦਾ ਘਬਰਾਏ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਆਪਣੀ ਕੋਈ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਭਾਲ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਚੰਬੜੇ ਰਹਿਣਾ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਉਹ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ, ਜੋ ਚੁਵੱਲੇ ਪਸਰੀ ਅਨਿਸਚਿਤਤਾ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਸਾਨੂੰ ਨਿਸਚਿਤਤਾ ਦਾ ਭਰਮ ਦੇਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ, ਸਾਡੀ 'ਹਉਮੈ' ਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਠੋਸ ਜਾਪਦੀ 'ਹਉਂ' ਸਦਕਾ ਹੀ ਪੈਰਾਂ ਹੇਠੋਂ ਖਿਸਕਦੀਆਂ ਰੇਤਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨੀਂਹ ਮਜ਼ਬੂਤ ਤੇ ਸਦੀਵਕਾਲੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਸ੍ਵੈ-ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਰਾਹੀਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਹ ਪੱਕਾ ਭਰਮ-ਭਰੋਸਾ ਦਿਵਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜੋਗੇ 'ਕੁਝ' ਹਾਂ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਠੋਸ ਨਿੱਜ-ਪਛਾਣ ਕਾਇਮ ਰੱਖੀ ਰੱਖਣਾ, ਸਾਡਾ ਅਟੁੱਟ ਆਹਰ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਿੱਗਰਤਾ ਦੇ ਭਰਮ-ਭਰੋਸੇ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਭਰਮ ਰੂਪ ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਵੀ ਨਿੱਗਰ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ, ਮਨ ਦਾ ਕੇਂਦਰ

ਲੋਕਾਈ ਦੀ ਬਹੁ-ਗਿਣਤੀ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਨਿਕਲੇ ਬੋਲਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਸਹੀ ਮੰਨਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਕੋਈ ਬੋਲ ਵੀ ਜੋ ਕਿਸੇ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਪਿੱਛੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਇੱਛਾ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਕੋਈ ਮਜਬੂਰੀ। ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ, ਐਸੇ ਬੰਦੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੇ ਗ਼ੁਲਾਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਆਪ ਉਹ ਇਸ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਵੱਲੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਨਵਾਕਫ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤਾਂ ਇਹੋ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਉਹ ਬੋਲਦੇ ਹਨ, ਆਪਣੀ ਸੁਤੰਤਰ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਤੇ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਹੀ ਬੋਲਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮਨ ਹਉਮੈ ਨੇ ਵਿਹੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤੇ ਐਸੇ ਮਨ ਦੇ ਸਮਸਤ ਵਿਚਾਰਾਂ, ਸਾਰੇ ਚੇਤਿਆਂ, ਸਭ ਚਿਤਵਨੀਆਂ, ਸਾਰੇ ਭਾਵਾਂ ਤੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣਾਂ ਅੰਦਰ ਇਸ ਕੂੜਾਵੀ ਹਉਮੈ ਨੇ ਘਰ ਪਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਐਸੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੋਚਣੀ ਜਾਂ ਤਾਂ ਵਾਪਰੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨਾਲ ਬੱਝੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਟੱਬਰ, ਆਪਣੇ ਕਬੀਲੇ, ਆਪਣੇ ਸੰਗਤੀਆਂ, ਆਪਣੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਫਾਥੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਜਾਂ ਤੌਖ਼ਲਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਸੋਚਦਿਆਂ ਗੁਜ਼ਰਦੀ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮ ਦੇ ਪੱਖੋਂ ਇਹ ਹਾਲਤ ਨਿਰੇ ਅਗਿਆਨ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿਚ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹਉਮੈ ਦੀ ਹੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਜਦ ਵੀ ਕੋਈ ਮੂੰਹੋਂ 'ਮੈਂ' ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਹੀ ਬੋਲ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਉਹ 'ਤੂੰ' ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ 'ਮੈਂ' ਕਿਸੇ ਹੋਰਸ ਦੀ 'ਮੈਂ' ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਹਉਮੈ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਨਿੱਜੀ ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤਾਂ – ਕੀ ਉਸ ਦਾ ਧਰਮ ਤੇ ਕੀ ਰਾਜਨੀਤੀ, ਕੀ ਉਸ ਦਾ ਧੜਾ ਤੇ ਕੀ ਉਸ ਦੀ ਸਮਾਜਿਕ ਸ਼੍ਰੇਣੀ – ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤਾਂ ਛੱਡੋ, ਉਸ

ਦੀ ਧਨ-ਸੰਪਤੀ, ਪਹਿਰਨ-ਪੌਸ਼ਾਕ, ਦੋਸਤੀਆਂ-ਰੰਜੀਦਗੀਆਂ, ਮੁਹੱਬਤਾਂ-ਵਿਛੋੜਿਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਹਉਮੈ ਹੀ ਜੁੜ ਖਲੋਂਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅਨੁਮਾਨ ਨਾਲ ਵੀ, ਆਪਣੀਆਂ ਸਫਲਤਾਵਾਂ-ਅਸਫਲਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਇਸ ਦਾ ਅਤਿ ਡੂੰਘਾ ਸੰਬੰਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਧਾਰਨ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਮ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕਿਹੜਾ ਕਰਮ ਹੈ ਜਾਂ ਕਰਮ ਦੀ ਇੱਛਾ, ਜੀਹਦੇ ਨਾਲ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜੁੜੀ ਹੁੰਦੀ?

ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਹਉਮੈ ਕਾਹਦੇ-ਕਾਹਦੇ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਬੰਦੇ ਬੰਦੇ ਵਿਚ ਫ਼ਰਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਰਚਨਾ-ਪ੍ਰਬੰਧ ਸਭ ਵਿਚ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ, ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਹਉਮੈ, ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਹਉਮੈ ਨਾਲੋਂ ਕੇਵਲ ਸਤਹੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੀ ਭਿੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅੰਦਰੋਂ ਗਿਰੀ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਗਿਰੀ ਵੀ ਮਨ ਨੇ ਆਪੇ ਘੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਜੋੜਾਂ-ਵਿਛੋੜਾਂ ਆਸਰੇ। ਜੋ ਵੀ ਕੋਈ ਇਸ ਭਰਮ ਰੂਪ ਹਉਮੈ ਆਸਰੇ ਜਿਊਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਪਛਾਣ ਦਾ ਆਧਾਰ ਹੋ ਖਲੋਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਘਾੜਤ ਵਿਚ ਉਸ ਦੇ ਭਾਵ ਵੀ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਵੀ ਜੜੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਭਾਵ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਇਤਨੇ ਥੁੜ-ਜੀਵੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਝੱਟ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕੱਢਦੇ। ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਬਣੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਹਰ ਵੇਲੇ ਬੜੀ ਘਾਲਨਾ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ – ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਵੀ ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਸਤਾਰ ਲਈ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਵਿਅਸਤ ਰਹਿਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਲੋਕ ਵੀ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। 'ਮੈਂ' ਦੀ ਸੰਕਲਪਨਾ ਵੀ ਤਾਂ 'ਤੂੰ' ਦੀ ਸੰਕਲਪਨਾ ਬਾਝੋਂ ਕਾਇਮ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੀ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰੇ ਰਹਿ ਕੇ ਹੀ ਪ੍ਰਫੁਲਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਦੀ ਇਕ ਉਚੇਚੀ ਖ਼ਸਲਤ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਦੀ ਅੱਖ ਵਿਚ ਕੱਖ ਪਿਆ ਤਾਂ ਝੱਟ ਦਿੱਸ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਆਪਣੀ ਅੱਖ ਵਿਚ ਸ਼ਤੀਰ ਪਿਆ ਵੀ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਜਦ ਇਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰਸ ਦੇ ਨੁਕਸ ਛਾਂਟਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪ, ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ, ਉਸ ਨਾਲੋਂ ਵੱਡੀ ਵੱਡੀ, ਚੰਗੀ ਚੰਗੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਨ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸੇ ਵਿਚ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਅਸਲੋਂ ਹੋਛੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਮਰਨਾ ਚੇਤੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਹੋਛੀਆਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਹੀ ਭਾਲਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ:

ਮਤੀ ਮਰਣੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ਖੁਸੀ ਕੀਤੀ ਦਿਨ ਚਾਰਿ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 15)

ਇਸ ਨੂੰ ਮਰਨਾ ਤਾਂ ਕੀ ਚੇਤੇ ਆਉਣਾ ਹੈ, ਇਹਨੂੰ ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਰਚਣਹਾਰਾ ਕਰਤਾਰ ਵੀ ਚੇਤੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ:

ਕਿਆ ਤੂ ਰਤਾ ਦੇਖਿ ਕੈ ਪੁਤ੍ਰ ਕਲਤ੍ਰ ਸੀਗਾਰ॥
ਰਸ ਭੋਗਹਿ ਖੁਸੀਆ ਕਰਹਿ ਮਾਣਹਿ ਰੰਗ ਅਪਾਰ॥
ਬਹੁਤੁ ਕਰਹਿ ਫੁਰਮਾਇਸੀ ਵਰਤਹਿ ਹੋਇ ਅਫਾਰ॥
ਕਰਤਾ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਈ ਮਨਮੁਖ ਅੰਧ ਗਵਾਰ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 42)

ਪਰ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਰਤਾਰ ਚਿੱਤ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਦੁਨਿਆਵੀ ਰੰਗ-ਰਸ ਭੋਗਣ ਦੀਆਂ ਵਕਤੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਮਗਰ ਨਹੀਂ ਭੱਜਦਾ। ਨਾ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਫ਼ਰਮਾਇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਪੁੱਤਰ, ਕਲੱਤ੍ਰ, ਕੁਟੰਬ ਨਾਲ ਮੋਹ ਵਿਚ ਫਸਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸੰਸਾਰਕ ਪਦਾਰਥ ਦੇ ਦਰਬ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨ ਵੱਲ ਹੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਟੀਚਾ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਰਚਣਹਾਰੇ ਨੂੰ ਰੀਝਾਉਣਾ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦਾ ਅਵਸਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਦੋ ਅੱਡਰੇ ਰਾਹ

ਜਿਵੇਂ ਉਪਰ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਹਾਂ, ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਦੋ ਮਾਰਗਾਂ 'ਚੋਂ ਚੋਣ ਕਰਨ ਦਾ ਅਵਸਰ ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਦਿੱਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ – ਇਕ 'ਲਿਵ' ਦਾ ਰਾਹ ਹੈ, ਦੂਜਾ 'ਧਾਤ' ਦਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਰਤਾ ਹੋਰ ਵਿਸਤਾਰ ਨਾਲ ਸਮਝਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਲਿਵ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ – 'ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਲੀਨਤਾ'। ਇਹ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋਣ ਦਾ ਗੁਰੂ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਮਾਰਗ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਗੁਰਮੁਖਤਾ ਦਾ ਮਾਰਗ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਦੇ ਹੀ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ ਹੈ ਧਾਤ ਦਾ ਮਾਰਗ। ਇਹ ਮਾਇਆਵੀ ਭੱਜਾ-ਦੌੜੀ ਦਾ ਮਾਰਗ ਹੈ। ਇਹ ਹਉ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ, ਮਨ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਮਾਰਗ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਮਨਮੁਖਤਾ ਦਾ ਮਾਰਗ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਧਾਤ-ਮਾਰਗੀ ਬੰਦਾ ਸੰਸਾਰਕ ਰਹੁ-ਰੀਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੀ ਇੱਛਾ ਨੂੰ ਖ਼ੁਦਮੁਖ਼ਤਾਰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਲਿਵ-ਮਾਰਗੀ ਵਿਅਕਤੀ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜਦਾ ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਤਿਆਗ ਕੇ, ਕੇਵਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਦੀ ਪਾਲਨਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਰਾਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਰਚੇ ਹੋਏ ਹਨ ਤੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਦੇਸ਼ ਰਾਹੀਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜਿਸ 'ਤੇ ਵੀ ਚਾਹੇ ਚਲਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ:

ਲਿਵ ਧਾਤੁ ਦੁਇ ਰਾਹ ਹੈ ਹੁਕਮੀ ਕਾਰ ਕਮਾਇ ॥

(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 87)

ਧਾਤ ਦਾ ਮਾਰਗ ਆਮ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸੌਖਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਸੋ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਉਮਰ ਭਰ ਇਸੇ ਉੱਤੇ ਧਾਈ ਤੁਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਲਿਵ ਦਾ ਮਾਰਗ ਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਅੰਦਰ 'ਗੁਰਮੁਖ' ਪਦਵੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਜਾਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਧਾਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਦੁਤੀਆ ਭਾਉ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵੱਖਰੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਤੇ ਅਨੇਕਤਾ ਹੀ ਸੱਚ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਲਿਵ ਦੇ ਮਾਰਗ ਵਿਚ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਅੰਤਰ-ਸੰਬੰਧ ਵਰਤਦੇ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ, ਦੁਨਿਆਵੀ ਅਨੇਕਤਾ ਮਿਥਿਆ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਾਰੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿਚ ਇੱਕੋ ਸੱਚ ਪਸਰਿਆ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਧਾਤ-ਮਾਰਗੀ ਲੋਕ ਵਸਤਾਂ ਉਪਰ ਮਾਲਕੀ ਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਇੱਛੁਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਲਿਵ-ਮਾਰਗੀ ਬੰਦੇ ਲਗਾਤਾਰ ਦੈਵੀ-ਪਿਆਰ ਦੀ ਇੱਛਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਤੇ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨੂੰ ਵੀ ਦੈਵੀ-ਮਰਜ਼ੀ ਅਨੁਸਾਰ ਢਾਲਣ ਦੇ ਯਤਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਧਾਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਮਾੜੀ ਮੋਟੀ ਛਿੰਨ-ਭੰਗਰ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਬਾਕੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਚਿੰਤਾ, ਘਬਰਾਹਟ, ਸੋਗ, ਭੈਅ ਆਦਿ ਨਾਲ ਭਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਅਸਚਰਜਤਾ ਅਲੋਪ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਲਿਵ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕੋਈ ਭੈਅ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਮੌਤ ਦਾ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਅਨੰਦ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਮਸਤੀ ਦੇ ਭਾਵ ਵਰਤਦੇ ਹਨ। ਦੈਵੀ ਨਿਰਮਲਤਾ ਵਾਲੇ ਨਿਰਮਲ ਭਉ, ਭਾਉ ਤੇ ਵਿਸਮਾਦ ਵਰਗੇ ਭਾਵ ਜਾਗਦੇ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਸੁਹਾਉਣਾ ਕਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਧਾਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬੰਧਨ ਵਿਚ ਬੱਝੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਲਿਵ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬੰਧਨ ਮੁਕਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਮਸਤ ਹੋਈ ਗੁਜ਼ਰਦੀ ਹੈ। ਧਾਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿਚ ਬੈਠੀ ਹੋਈ ਹਉਮੈ ਇਸ ਦੇ ਸੰਤਾਪ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ, ਲਿਵ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਗੁਰੂ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਹੋ ਕੇ, ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਈ, ਦੈਵੀ ਅਨੰਦ ਵਿਚ ਗੁਜ਼ਰਦੀ ਹੈ।

ਹਉ ਵਿਚਿ ਮਾਇਆ, ਹਉ ਵਿਚਿ ਛਾਇਆ

ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਮਾਤਾ ਦੀ ਕੁੱਖ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਕਿਸੇ ਬਾਹਰਲੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਹ ਕੇਵਲ ਆਤਮ-ਧਿਆਨ ਹੋਇਆ ਹੋਇਆ ਪਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਇਆ ਨਾਲ ਉਸ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਹੁਣ ਭੁੱਖ-ਪਿਆਸ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ 'ਚੋਂ ਉਸ ਦੀਆਂ ਇਹਨਾਂ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਸਮਾਧਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਉਡੀਕਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਰੁਦਨ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਬੀਜ ਫੁੱਟਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਉਸ ਦੀ ਆਤਮ-ਧਿਆਨਤਾ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਮਾਇਆ ਦਾ ਅਮਰ ਵਰਤਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 921)

ਮਾਇਆ ਝੱਟ ਹੀ ਜੀਵ ਦੀ ਚੇਤਨਾ 'ਤੇ ਜਿਵੇਂ ਪਰਦਾ ਪਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਹਉਮੈ ਪਰਪੱਕ ਹੋਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਿਉਂ ਤਿਉਂ ਮਾਇਆ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਵੱਧਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹਉਮੈ ਉਸ ਉਪਰ ਆਪਣੀ ਮਾਇਆ, ਆਪਣੀ ਛਾਇਆ ਹੋਰ ਪੱਕੀ ਕਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਇਹ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਬੜੇ ਡੂੰਘੇ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਗਲੇਫ਼ ਕੇ ਮਨ ਨੂੰ ਰੋਗੀ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ:

ਅਹੰਬੁਧਿ ਬਹੁ ਸਘਨ ਮਾਇਆ ਮਹਾ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ ॥

(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 502)

ਇਉਂ ਮਾਇਆ ਦੀ ਸੰਘਣੀ ਭਰਮ-ਛਾਇਆ ਹੰਢਾਉਣੀ[1] ਹਰੇਕ ਦੀ ਭਾਵੀ ਹੈ। ਇਹ ਛਾਇਆ, ਭਰਮ ਵੀ ਹੈ, ਹਨੇਰਾ ਵੀ ਹੈ, ਅਗਿਆਨ ਵੀ ਹੈ, ਲਾ-ਯਕੀਨੀ ਵੀ ਹੈ, ਪ੍ਰਤਿਬਿੰਬ ਵੀ ਹੈ, ਛਲ ਵੀ ਹੈ:

ਮਾਈ ਮਾਇਆ ਛਲੁ ॥
ਤ੍ਰਿਣ ਕੀ ਅਗਨਿ ਮੇਘ ਕੀ ਛਾਇਆ ਗੋਬਿਦ ਭਜਨ ਬਿਨੁ ਹੜ ਕਾ ਜਲੁ ॥

(ਟੋਡੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 717)

ਹਉਮੈ ਤੇ ਮਾਇਆ

ਮਾਇਆ ਅਨੰਤ ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਉਸ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਬੇਅੰਤ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾਲ ਅਗਿਣਤ ਪਰਿਣਾਮ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਹ ਬਲ ਹੈ,

1. ਛਛੈ ਛਾਇਆ ਵਰਤੀ ਸਭ ਅੰਤਰਿ ਤੇਰਾ ਕੀਆ ਭਰਮੁ ਹੋਆ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 433)*

ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਅਨੰਤ ਚੇਤਨਾ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਪੰਚ ਦੇ ਨਾਮ-ਰੂਪ ਦਾ ਸਮੁੱਚ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਚਿਤਵਦੀ, ਸਿਰਜਦੀ ਤੇ ਸਾਕਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਆਕਾਰ ਦੇਣ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਹੱਦਬੰਦ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹੋ ਮਾਇਆ ਦਾ ਧਰਮ ਹੈ। ਪਰਮ ਸਤਿ ਦੇ ਅਚੱਲ ਸੱਚ ਵਿਚ ਜਦ ਮਾਇਆ ਦੀ ਹਲਚਲ ਉੱਠਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਉਸ ਦੀ ਪਰਮਤਾ ਨੂੰ ਕਰਮਤਾ ਵਿਚ ਬਦਲ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਇਕ ਖੇਡ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ – ਹੋਂਦ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨਾਲ, ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ, ਸੱਤਾ ਦੀ ਸੱਤਾ ਨਾਲ ਤੇ ਕਰਮ ਦੀ ਕਰਮ ਨਾਲ। ਇਸ ਖੇਡ ਦੀ ਸਮਸ਼ਟੀ ਤੇ ਵਿਅਸ਼ਟੀ ਆਪੋ ਵਿਚ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਅਣੂ ਸਮਸਤ ਦਾ ਇਕ ਭਾਗ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਉਹ ਪੂਰਾ ਸਮਸਤ ਵਰਤ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਸਮੁੱਚੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿਚ ਵਿਚਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਹੋ ਹਰ ਪਿੰਡ (ਸਰੀਰ) ਅੰਦਰ ਵੀ ਨਿਵਾਸ ਕਰੀ ਬੈਠਾ ਹੈ।[2]

ਪਰ ਮਾਇਆ ਇਕ ਅਮਰ (ਹੁਕਮ) ਵਰਤਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਹਰ ਪਿੰਡੇ ਨੂੰ ਇਹ ਗਿਆਨ ਤਾਂ ਦੇ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੇਂਦੀ ਕਿ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਵੱਖਰੀ ਨਿਵੇਕਲੀ ਹੋਂਦ ਬਾਰੇ ਕਾਇਲ ਕਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਅਤਿ ਸੰਘਣੀ ਹੋ, ਉਸ ਦੇ ਗਿਰਦ ਇਕ ਪੱਕੀ ਦੀਵਾਰ ਖੜੀ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਪਿੰਡੇ ਦੀ ਨਿਵੇਕਲਤਾ ਨੂੰ ਇਕ ਕੂੜਾਵੀ ਕੰਧ[3] ਅੰਦਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਭਰਮ ਜਿਹਾ ਦੇ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕੂੜਾਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਪਿੰਡੇ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਸੱਚ ਸਮਝ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਕੈਦ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮਿੱਥ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਮਾਇਆ ਦੀ ਪਾਈ ਭੁਲਾਉਣੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਮਿੱਠੀ ਕਰ ਕੇ ਮੰਨੀ ਬੈਠੇ ਹਾਂ।[4]

ਹੁਣ ਮਾਇਆ ਇਸ ਤੋਂ ਅਗਲਾ ਅਮਰ ਵਰਤਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅਨੰਤ ਨਾਲੋਂ ਸਾਡੀ ਡੋਰੀ ਤੋੜ ਕੇ ਧਾਤ ਦੇ ਰਾਹ 'ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਤੋਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।[5] ਧਾਤ ਦਾ ਮਾਰਗ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦਾ ਮਾਰਗ ਹੈ। ਇਸ ਰਾਹ 'ਤੇ ਪਿਆਂ ਹਉਮੈ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਜਾਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ (ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਹਉਮੈ-ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਇਕੱਠੇ ਅਨੇਕਾਂ ਵਾਰ ਆਏ ਹਨ[6])। ਇਸੇ ਤ੍ਰਿਖਾ ਨਾਲ ਮੁੱਠੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਪ੍ਰਪੰਚ ਦੇ ਮਾਰੂਥਲਾਂ ਵਿਚ ਮ੍ਰਿਗਜਲੀਆਂ ਪਿੱਛੇ ਭਟਕਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ।

ਮਾਇਆ ਦਾ ਕੂੜ ਵਰਤਾਰਾ ਸਮਝਣ ਲਈ ਇਕ ਮਿਥਿਹਾਸਕ ਕਹਾਣੀ ਬੜੀ ਸਿੱਖਿਆਦਾਇਕ ਹੈ। ਇਕ ਵੇਰਾਂ ਨਾਰਦ ਜੀ ਤੇ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਜੀ ਇਕੱਠੇ ਤੁਰੇ ਜਾ ਰਹੇ ਸਨ। ਨਾਰਦ ਜੀ ਨੇ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਜੀ ਅੱਗੇ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕੀਤੀ, "ਮਹਾਰਾਜ! ਕਦੇ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਇਆ ਦਾ ਦਰਸ਼ਨ ਤਾਂ ਕਰਾਓ।" ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਕਦੇ ਇਸ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆਇਆ ਤਾਂ ਵਿਖਾ ਦਿਆਂਗੇ।" ਪਰ ਨਾਰਦ ਜੀ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਜੀ ਦੇ ਖਹਿੜੇ

---

2. ਜੋ ਬ੍ਰਹਮੰਡੇ ਸੋਈ ਪਿੰਡੇ ਜੋ ਖੋਜੈ ਸੋ ਪਾਵੈ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਪੀਪਾ ਜੀ, ਪੰਨਾ 695)*
3. ਕਿਵ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋਈਐ ਕਿਵ ਕੂੜੈ ਤੁਟੈ ਪਾਲਿ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1)*
4. ਐਸੀ ਠਗਉਰੀ ਪਾਇ ਭੁਲਾਵੈ ਮਨਿ ਸਭ ਕੈ ਲਾਗੈ ਮੀਠੀ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 673)*
5. ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 921)*
6. ਹਉਮੈ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਸਬਦਿ ਬੁਝਾਈ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1050)*

ਹੀ ਪੈ ਗਏ ਤੇ ਕਿਹਾ, "ਕਦੇ ਕਿਉਂ, ਹੁਣੇ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾ ਦੇਂਦੇ ?" ਤਦ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਨਾਰਦ ਜੀ, ਮੈਨੂੰ ਤਿਖਾ ਬੜੀ ਲੱਗੀ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਭੱਜ ਕੇ ਜਾਓ ਤੇ ਸਾਹਮਣੇ ਦੇ ਪਿੰਡ 'ਚੋਂ ਮੇਰੇ ਲਈ ਇਕ ਕਮੰਡਲ ਪਾਣੀ ਦਾ ਤਾਂ ਲੈ ਆਓ।" ਨਾਰਦ ਜੀ 'ਸਤਿ ਬਚਨ' ਕਹਿ ਕੇ ਪਿੰਡ ਵੱਲ ਨੂੰ ਤੁਰ ਪਏ। ਪਿੰਡ ਅਪੜ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਕ ਚੰਗੇ ਜਿਹੇ ਘਰ ਦਾ ਬੂਹਾ ਜਾ ਖੜਕਾਇਆ। ਅੰਦਰੋਂ ਇਕ ਅਤਿ ਸੁੰਦਰ ਕੰਨਿਆ ਨੇ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਤੇ ਬੜੇ ਮਧੁਰ ਬੋਲਾਂ ਨਾਲ ਨਾਰਦ ਜੀ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਚਲੇ ਆਉਣ ਦਾ ਨਿਮੰਤ੍ਰਣ ਦਿੱਤਾ। ਨਾਰਦ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮੈਂ ਕੇਵਲ ਪਾਣੀ ਲੈਣ ਆਇਆ ਹਾਂ।" ਕੰਨਿਆ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਪਾਣੀ ਜੰਮ ਜੰਮ ਲਿਜਾਇਓ, ਅੰਦਰ ਚਰਨ ਤਾਂ ਪਾਉ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਅਤਿੱਥੀ ਆਏ ਹੋ। ਅੰਦਰ ਆਉ ਤੇ ਜਲ-ਪਾਨ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰੋ। ਅਤਿੱਥੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਤੋਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਅਸੀਂ ਅਤਿੱਥੀ ਨੂੰ ਭਗਵਾਨ ਮੰਨਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਯੋਗ ਸੇਵਾ ਦੇ ਉਸ ਨੂੰ ਤੋਰ ਦੇਣ ਦਾ ਤਾਂ ਸਾਹਸ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।" ਨਾਰਦ ਜੀ ਇਨਕਾਰ ਨਹੀਂ ਸਨ ਕਰ ਸਕੇ ਤੇ ਅੰਦਰ ਚਲੇ ਗਏ। ਅੰਦਰ ਗਏ ਦਾ ਕੰਨਿਆ ਦੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨੇ ਵੀ ਬੜੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਸੁਆਗਤ ਕੀਤਾ ਤੇ ਆਸਣ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ। ਨਾਰਦ ਜੀ ਨਾਂਹ ਨਾ ਕਰ ਸਕੇ ਤੇ ਬੈਠ ਗਏ। ਫਿਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਰਦ ਜੀ ਨੂੰ ਭਾਂਤ ਭਾਂਤ ਦੇ ਸੁਆਦਿਸ਼ਟ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ। ਨਾਰਦ ਜੀ ਨੇ ਸੁਆਦ ਨਾਲ ਚਖੇ ਤੇ ਖਾਧੇ। ਖਾਣਾ ਖਾ ਚੁੱਕੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਝੱਟ ਕੁ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਤਦ ਤਕ ਨਾਰਦ ਜੀ ਨੂੰ ਵੀ ਊਂਘ ਜਿਹੀ ਆ ਰਹੀ ਸੀ। ਸੋ ਉਹਨਾਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਸੌਣਾ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰ ਲਿਆ। ਉਹ ਕੰਨਿਆ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ, ਉਸ ਦੀ ਮਿੱਠਬੋਲਤਾ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸੇਵਾ-ਭਾਵ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਸਨ। ਸੌਂ ਕੇ ਉੱਠੇ ਤਾਂ ਸਭ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਦਿਨ ਉਥੇ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਟਿਕ ਜਾਣ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇਣ 'ਤੇ ਨਾਰਦ ਜੀ ਨੇ ਕੁਝ ਦਿਨ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰੁਕਣਾ ਮੰਨ ਲਿਆ। ਕੰਨਿਆ ਦੇ ਘਰ ਦਿਆਂ ਨੂੰ ਨਾਰਦ ਦਾ ਸੁਭਾਅ ਚੰਗਾ ਲੱਗਾ। ਉਹਨਾਂ ਆਪਸ ਵਿਚ ਸਲਾਹ ਕੀਤੀ, ਕਿਉਂ ਨਾ ਇਸ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਆਪਣੀ ਲੜਕੀ ਨਾਲ ਹੀ ਕਰ ਦੇਈਏ। ਸੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਰਦ ਜੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਲਿਆ। ਓਦੋਂ ਤਕ ਨਾਰਦ ਜੀ ਨੂੰ ਵੀ ਉਸ ਲੜਕੀ ਨਾਲ ਥੋੜ੍ਹਾ ਬਹੁਤ ਉਨਸ (ਪਿਆਰ) ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਸੋ ਉਹ ਵੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਲਈ ਮੰਨ ਗਏ। ਸੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸ਼ਾਦੀ ਉਸ ਸੁੰਦਰੀ ਨਾਲ ਹੋ ਗਈ। ਨਾਰਦ ਜੀ ਨੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਦ ਉਸੇ ਕਸਬੇ ਵਿਚ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਲਿਆ। ਉਹ ਵੀ ਬੜਾ ਚੰਗਾ ਚੱਲ ਪਿਆ – ਘਰ ਵਿਚ ਲਹਿਰ-ਬਹਿਰ ਹੋ ਗਈ। ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੋ ਬੱਚੇ ਵੀ ਹੋ ਗਏ।

ਦੇਵਨੇਤ ਇਕ ਦਿਨ ਉਥੇ ਹੜ੍ਹ ਆ ਗਿਆ ਤੇ ਪਾਣੀ ਬੜੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਚੜ੍ਹਨ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਨਾਰਦ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਤੀਵੀਂ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹੜ੍ਹ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਕੇ ਲੈ ਜਾਣ ਦੀ ਵਿਉਂਤ ਬਣਾਈ। ਇਕ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਮੋਢੇ 'ਤੇ ਬਿਠਾ ਲਿਆ ਤੇ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਔਰਤ ਨੇ ਕੁੱਛੜ ਚੁੱਕ ਲਿਆ ਤੇ ਹੜ੍ਹ ਥਾਣੀ ਤੁਰ ਪਏ। ਪਰ ਹੜ੍ਹ ਦਾ ਵਹਾਓ ਮਿੰਟਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਬੜਾ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਗਿਆ ਤੇ ਪਾਣੀ ਬੜਾ ਉੱਚਾ ਚੜ੍ਹ ਗਿਆ। ਇਕਾਇਕ

ਔਰਤ ਦੇ ਪੈਰ ਨੂੰ ਠੇਢਾ ਵੱਜਾ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਕੁੱਛੜ ਚੁੱਕਿਆ ਬਾਲ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਜਾ ਪਿਆ। ਉਸ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਉਸ ਨੇ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਤੇ ਆਪ ਵੀ ਰੁੜ੍ਹ ਗਈ। ਨਾਰਦ ਨੇ ਇਹ ਵੇਖਿਆ ਤਾਂ ਘਬਰਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਔਰਤ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਕੁੱਦਿਆ। ਉਸ ਨੂੰ ਤਾਂ ਬਚਾਅ ਨਾ ਸਕਿਆ, ਸਗੋਂ ਮੋਢੇ 'ਤੇ ਚੁੱਕੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੀ ਰੁੜ੍ਹਾ ਬੈਠਾ।

ਨਾਰਦ ਜੀ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਬਚਾ ਕੇ ਮਸਾਂ ਹੜ੍ਹ ਦੇ ਪਾਰ ਹੋਏ। ਅਜੇ ਮਸਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੋਸ਼ ਆਈ ਸੀ ਕਿ ਵੇਖਿਆ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਜੀ ਸਾਹਮਣੇ ਖਲੋਤੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹ ਹੱਸ ਕੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ, "ਨਾਰਦਾ! ਤੂੰ ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਲਈ ਪਾਣੀ ਲੈਣ ਗਿਆ ਸੈਂ। ਮੈਂ ਦੋ ਘੜੀਆਂ ਤੋਂ ਤੇਰੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।"

ਮਾਇਆ ਦਾ ਵੱਡਾ ਕਰਮ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਤੇ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਮਸਤ ਨਾਲੋਂ ਨਿਖੇੜ ਕੇ ਆਪਣੇ ਵੱਖਰੇ ਨਿੱਜ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋੜ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਹਉਮੈ ਨਾਲ ਮਮਤਾ ਆਣ ਜੁੜਦੀ ਹੈ।[7] 'ਅਹੰਕਾਰ' ਦੇ ਪਹਿਲੂ 'ਚੋਂ 'ਮਮਣਕਾਰ' ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਵੀ ਉਤਪੰਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਉਮੈ ਹੋਰ ਸੰਘਣੀ ਵੀ ਤੇ ਹੋਰ ਚੌੜੇਰੀ ਵੀ ਹੋਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਹਉਮੈ ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦੀ ਮਾਇਆ ਹੋ ਨਿਬੜਦੀ ਹੈ ਤੇ ਮਾਇਆ ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦੀ ਹਉਮੈ। ਇਹ 'ਹਉਮੈ-ਮਾਇਆ' ਹੀ ਫਿਰ ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੇ ਅਸਲੇ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜ ਕੇ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ 'ਦੂਜਾ ਭਾਉ' ਉਜਾਗਰ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।[8] ਮਾਇਆ ਦੀ ਰਚੀ ਇਹ ਦੁਬਿਧਾ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਮਾਤਰ ਦੀ ਅਧੋਗਤੀ ਦਾ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ।[9]

ਹਉਮੈ, ਮਮਤਾ, ਮੋਹ, ਦੁਬਿਧਾ, ਦੂਜਾ ਭਾਉ, ਇਹ ਸਭੇ ਮਾਇਆ ਦੇ ਪਾਏ ਹੋਏ ਭੁਲੇਖੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਬੱਝੇ ਅਸੀਂ ਮਹਾਂ ਦੁੱਖਾਂ ਦੇ ਭਾਗੀ ਬਣਦੇ ਹਾਂ:

ਬਿਨੁ ਗੁਰ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਬਹੁ ਮਾਇਆ॥
ਹਉਮੈ ਮਮਤਾ ਬਹੁ ਮੋਹੁ ਵਧਾਇਆ॥
ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਮਨਮੁਖਿ ਦੁਖੁ ਪਾਇਆ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1261)*

ਹਉਮੈ ਏਹਾ ਗਣਤ ਹੈ

ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਕੇਵਲ ਆਪਣਾ ਹਿੱਤ ਪਛਾਣਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਰੁਚੀ ਉਸ ਨੂੰ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗਿਣਤੀਆਂ ਵਿਚ ਭਰਮਾਉਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਸਦਾ ਇਹ ਸੰਸਾ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਤੇ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਗਿਆ ਜਾਂ ਹੋਣ ਲੱਗਾ। ਗਿਣਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਦਾ ਜੇ ਘਾਟਾ ਨਿਕਲ ਆਵੇ ਜਾਂ ਨਿਕਲਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬੜਾ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਨਫ਼ਾ ਨਿਕਲ ਆਵੇ ਤਾਂ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਨਫ਼ੇ ਦੇ ਲਾਲਚ

---

7. ਹਉਮੈ ਮਮਤਾ ਮੋਹਣੀ ਮਨਮੁਖਾ ਨੋ ਗਈ ਖਾਇ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਵਾਰ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 513)*
8. ਹਉਮੈ ਬਿਆਪੈ ਦੁਬਿਧਾ ਫੈਲੁ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 893)*
9. ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਸਭਿ ਪੜਿ ਥਕੇ ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਖੁਆਰੁ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਵਾਰ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 650)*

ਵਿਚ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲਾਲਚ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤਮ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਵੱਧਦੀ ਹੈ, ਨਾ ਪੂਰਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੋਰ ਸੰਸਾ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਗਣਤ ਗਣੀਐ ਸਹਸਾ ਜੀਐ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1023)*

ਹਰ ਹਾਲ ਗਿਣਤੀ ਰਾਹੀਂ ਕੋਈ ਸੁਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ:

ਹਉਮੈ ਸਭਾ ਗਣਤ ਹੈ ਗਣਤੈ ਨਉ ਸੁਖੁ ਨਾਹਿ॥ *(ਸ੍ਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 36)*

ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਦੀ ਸੰਸਾਰਕ ਗਣਤ ਹੈ, ਜੋ ਦੁਖੀ ਕਰਦੀ ਹੈ।[10] ਅਗਲੇ ਜਹਾਨ ਜਾ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਕਰਮਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵੀ ਹੋਣੀ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਲੇਖਾ ਵੀ ਹੋਣਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਵੀ ਤੌਖ਼ਲੇ ਤੋਂ ਖ਼ਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਪਰ, ਜੇ ਹਉਮੈ ਦਾ ਪਰਿਤਿਆਗ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬੰਦਾ ਰੱਬ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਉਸ ਦੀ ਸਾਰੀ ਗਣਤ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

ਚਿੰਤ ਅੰਦੇਸਾ ਗਣਤ ਤਜਿ ਜਨਿ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਤਾ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 813)*

ਫਿਰ ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਕੀਤੇ ਨੂੰ ਸਲਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਵਿਚ ਹੀ ਆਪਣਾ ਭਲਾ ਮਨਾਉਂਦਾ ਹੈ:

ਕਰੇ ਸੁ ਚੰਗਾ ਮਾਨਿ ਦੁਯੀ ਗਣਤ ਲਾਹਿ॥
(ਸਲੋਕ ਵਾਰਾਂ ਤੇ ਵਧੀਕ, ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1425)

ਸੋ ਜਿਹੜੇ ਵੀ ਜੀਅ ਗਣਤਾਂ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਫਸਦੇ, ਉਹ ਹੁਕਮੀ ਬੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਨੂੰ ਸਿਦਕ ਨਾਲ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਅਹੰਬੁਧਿ ਤੇ ਅਗਿਆਨ

ਹਉਮੈ ਦੀ ਪਕੜ ਵਾਲੀ ਬੁੱਧੀ, ਅਹੰਬੁੱਧੀ, ਸਾਡੀ ਅਵਿੱਦਿਆ ਦਾ ਮੂਲ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਇਹੋ ਸਾਡੀ ਤੁੱਛ ਬੌਧਿਕ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਸੀਮਾ ਮਿੱਥਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਅਵਿੱਦਿਆ ਕਾਰਨ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਮਸਤ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਮੰਨੀ ਬੈਠੇ ਹਾਂ – ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਥਾਪੀ ਫਿਰਦੇ ਸਾਂ। ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਗਿਆਨ ਅਨੁਸਾਰ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਸੂਰਜ ਹੀ ਧਰਤੀ ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਦਾ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਪ੍ਰਤੱਖ ਸਮਝ ਕੇ ਸੱਚ ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਗਤੀ ਵੀ ਇਸੇ ਦੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਰੁੱਤਾਂ-ਥਿੱਤਾਂ, ਦਿਨ-ਰਾਤਾਂ, ਘੜੀਆਂ-ਪਹਿਰਾਂ ਨਾਲ ਨੇਮਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ, ਹਕੀਕਤ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਸੰਵੇਦਨਾ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਉਲਟ ਹੈ। ਜਦ ਸੱਚ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਦਾਖ਼ਲ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਿਆ, ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਕੇਵਲ ਅਗਿਆਨ ਦੀ ਪੰਡ ਹੀ ਤਾਂ ਚੁੱਕੀ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ। ਹੋਰ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ?

ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਜਿਹੜੇ ਵੀ ਕੋਈ ਤਾਰਾ ਵਿਗਿਆਨ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹਨ ਜਾਂ ਜੋ ਉਪਰ

10. ਗਣਤ ਗਣੈ ਸੋ ਜਲੈ ਸੰਸਾਰਾ॥ ਸਹਸਾ ਮੂਲਿ ਨ ਚੁਕੈ ਵਿਕਾਰਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1062)*

ਅੰਤਰਿਕਸ਼ ਵਿੱਚੋਂ ਹੋ ਆਏ ਹਨ, ਜਾਣ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਅਸੀਂ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਬਾਰੇ ਕਿਤਨੀਆਂ ਘੋਰ ਗ਼ਲਤ-ਫ਼ਹਿਮੀਆਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਚਲੇ ਆਏ ਹਾਂ। ਉਹ ਜਦ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਉੱਡ ਕੇ ਉਪਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਧਰਤੀ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਨਿੱਕੀਓਂ ਨਿੱਕੀ ਹੋਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਆਖ਼ਰ ਇਕ ਬੇ-ਮਾਲੂਮ ਟਿੱਪਣਾ ਜਿਹਾ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਅੰਤਰਿਕਸ਼ ਯਾਤਰੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਇਕ ਟਿੱਪਣੇ ਬਰਾਬਰ ਵੀ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਫਿਰ ਸਾਡੀ ਆਪਣੀ ਇਥੇ ਕੀ ਹਸਤੀ ਹੈ? ਐਸੇ ਅੰਤਰਿਕਸ਼ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਵਿਚਿੱਤਰ ਅਨੁਭਵ ਨੇ ਇਕਦਮ ਬੌਂਦਲਾ ਦਿੱਤਾ। ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਅਸੀਮ ਤੁੱਛਤਾ ਨੂੰ ਝੱਲ ਨਹੀਂ ਸਕੇ ਤੇ ਦੀਵਾਨੇ ਹੋ ਗਏ ਤੇ ਕੁਝ ਰਹੱਸਵਾਦੀ। ਪਹਿਲਾਂ ਵਰਗਾ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ।

ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹਰ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੇਂਦਰ ਉਪਰ ਥਾਪੇ ਰੱਖਣ ਦੀ ਰੁਚੀ ਕਦੇ ਬਦਲੀ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਮਨੌਤ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਕਰਤਾਰ ਉਪਰ ਵੀ ਲਾਗੂ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਖ਼ਾਕੀ ਹੋਂਦ ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਦਾ ਹੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਜੇ ਉਹ ਸਾਡੀਆਂ ਅਰਦਾਸਾਂ ਸੁਣੇ-ਮੰਨੇ ਤਾਂ ਹੀ ਉਹ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਜੇ ਸਾਡੇ ਲਈ ਉਹ ਸੁਖ ਤੇ ਸਲਾਮਤੀ ਦੇ ਸਾਧਨ ਜੁਟਾਂਦਾ ਫਿਰੇ ਤਦ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਹਸਤੀ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਉਹ ਕੇਵਲ ਇਕ ਛਲਾਵਾ ਹੈ। ਪਰ ਕੀ ਸਾਡੀਆਂ ਇਹ ਮਨੌਤਾਂ ਯਥਾਰਥਕ ਹਨ? ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਰੱਬ ਸਾਡੀ 'ਹਉਂ' ਦੁਆਲੇ ਹੀ ਘੁੰਮਦਾ ਹੈ? ਸੱਚ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਕਰਤਾਰਤਾ ਹਰ ਵਾਪਰਦੇ ਦਾ ਸੋਮਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਸੱਚ ਦੀ ਅਨੁਭੂਤੀ ਸਾਨੂੰ ਕਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ਹੋ ਵੀ ਕਿਵੇਂ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਦ ਦੁਤੀਆ-ਭਾਉ ਵਾਲੀ ਹਉਮੈ ਸਾਡੀ ਨੀਝ ਵਿਚ ਵੀ ਆਪਣਾ ਘਰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ? ਜੇ ਇਹ ਭਰਮ-ਨੀਝ ਝੜ ਜਾਵੇ ਤੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਨਜ਼ਰ ਵਾਲੀ ਅੰਦਰਲੀ ਅੱਖ ਉਜਾਗਰ ਆਣ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਹੀ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਅਨੁਭੂਤੀ ਸਾਡੇ ਲਈ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇਗੀ। ਜਦ ਤੋੜੀ ਸਾਨੂੰ ਐਸੀ ਵਿਆਪਕ ਨਦਰਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਤਦ ਤੋੜੀ ਅਵਿੱਦਿਆ ਸਾਡੀ ਤਕਦੀਰ ਬਣੀ ਰਹੇਗੀ। ਅਸੀਂ ਅਗਿਆਨ ਹੇਠ ਦੱਬੇ ਰਹਾਂਗੇ ਤੇ ਅਹੰਬੁਧਿ ਦੀ ਖਿੰਧਾਈ ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਨੂੰ ਚੰਬੜੀ ਰਹੇਗੀ। ਤਦੇ ਜੋ ਕੁਝ ਦਰਅਸਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਮੰਨੀ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ[11] ਤੇ ਮੂਰਖਾਂ ਬਾਂਵਰਿਆਂ ਵਾਂਗ 'ਹਉਂ ਹਉਂ', 'ਮੇਰੀ ਮੇਰੀ' ਕਰਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਜਦ ਛਿੱਥੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਪੈਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਗੁੱਸੇ ਰੱਬ ਨਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।

ਹਉਮੈ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਤੇ ਨਾਰਾਜ਼ਗੀਆਂ

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤਕੜਿਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਹਉਮੈ ਪਾਸ ਕਈ ਸਾਰੀਆਂ ਜੁਗਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਜੁਗਤ ਹੈ – 'ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਦੀ'। ਦਿਲਚਸਪ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਹਰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਪਾਸ ਇਕ ਨਿੱਕੀ ਜਿਹੀ ਕਹਾਣੀ ਵੀ

---

11. ਜੀਉ ਪਿੰਡੁ ਤਨੁ ਧਨੁ ਸਭੁ ਪ੍ਰਭ ਕਾ ਸਾਕਤ ਕਹਤੇ ਮੇਰਾ॥
ਅਹੰਬੁਧਿ ਦੁਰਮਤਿ ਹੈ ਮੈਲੀ ਬਿਨੁ ਗੁਰ ਭਵਜਲਿ ਫੇਰਾ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨੇ 1138-39)*

ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ ਸਭ ਕੋਲੋਂ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਾਉਣਾ ਲੋਚਦੀ ਹੈ। ਕਦੇ ਤਾਂ ਇਹ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਸੁਲਗਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਪਰ ਕਦੇ ਕਦੇ ਬਾਹਰ ਵੀ ਨਿਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਕੋਈ ਫ਼ਰਕ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤਾਂ ਅਸਲੋਂ ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਦੀ ਜੁਗਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਦੇ ਭਾਗੀਂ ਐਸੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤੀ ਹਉਮੈ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਹੋਰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਕਰਦਾ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਅਚੇਤਨ ਆਦਤ ਬਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ – ਤਦੇ ਤਾਂ ਉਹ ਇਸ ਵੱਲੋਂ ਜਾਣੂ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਉੱਤੇ ਬੱਦੂ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਿੱਠ ਪਿੱਛੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨੀ ਉਸ ਦਾ ਸ਼ੇਵਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨਾ ਬੋਲੇ ਤਾਂ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਬੜੇ ਘਿਨਾਉਣੇ ਵਿਚਾਰ ਵਸਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਬੋਲੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਗੰਦ ਬੋਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਉਂ ਆਪਣੀ ਹਉਂ ਨੂੰ ਤਕੜਿਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਦਿਲ ਵਿਚ ਇਹ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਅਗਲੇ ਦੀ ਹੇਠੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਐਸੇ ਲੋਕ ਉੱਚੀ ਬੋਲਦੇ, ਚੀਕਦੇ ਚਿਹਾੜਦੇ ਤੇ ਕਦੇ ਕਦਾਈਂ ਹੱਥਾ-ਪਾਈ 'ਤੇ ਵੀ ਉਤਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਐਸੇ ਲੋਕ ਨਾਰਾਜ਼ ਵੀ ਆਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਨਾਰਾਜ਼ ਹੋ ਕੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਹਉਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਤਕੜਿਆਂ ਕਰਨਾ ਲੋਚਦੇ ਹਨ। ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਲੋਭ-ਲਾਲਚ, ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ, ਬੇਈਮਾਨੀ ਬਾਰੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਬੁਰਾ ਭਲਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਕਦੋਂ ਕੀ ਕੀਤਾ, ਹੁਣ ਕੀ ਕਰਦੇ ਤੇ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ – ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਮ ਮਜ਼ਮੂਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਅਉਗਣ ਅਣਡਿੱਠ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਬਣਾ ਧਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਕੌਣ ਕਰਦਾ ਹੈ? ਇਹ ਕਰਨੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਇਸ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਨਹੀਂ ਲੱਗਣ ਦੇਂਦੀ। ਐਸੀ ਹਉਮੈ ਹੋਰਾਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਤਾਂ ਬੱਦੂ ਕਰਦੀ ਹੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਿਰਦਾਰ 'ਤੇ ਹਰਫ਼ ਉਠਾਲਣ ਤੋਂ ਵੀ ਨਹੀਂ ਟਲਦੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤਰੁੱਟੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵਧਾਅ-ਚੜ੍ਹਾਅ ਕੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਐਸੇ ਲੋਕ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਰੋੜੀ ਗੁੜ ਦੀ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ, ਪਰ ਮਹਾਂਦਾਨੀਆਂ ਦੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰਨੋਂ ਨਹੀਂ ਟਲਦੇ। ਐਸੇ ਲੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਹੀ ਕਬੀਰ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਆਪਿ ਨ ਦੇਹਿ ਚੁਰੂ ਭਰਿ ਪਾਨੀ ॥
ਤਿਹ ਨਿੰਦਹਿ ਜਿਹ ਗੰਗਾ ਆਨੀ ॥ *(ਗਉੜੀ ਚੇਤੀ, ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 332)*

ਐਸੇ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪੂਰੇ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜੇ ਕੋਈ ਇਲਜ਼ਾਮ ਵੀ ਲਗਾਉਣ ਤਾਂ ਵੀ ਪ੍ਰਤਿਕਰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਇਸ ਵਿਚ ਹੀ ਬਚਾਉ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਐਸੀਆਂ ਇਲਾਮਤਾਂ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੋਣ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਖ਼ਬਰਦਾਰ ਹੋ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸਾਨੂੰ ਹਉਮੈ ਦੀਆਂ ਕਰਤੂਤਾਂ ਦਾ ਇਲਮ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਲਿੱਸੀ ਪੈਣ ਲੱਗ ਜਾਏਗੀ। ਤਦ ਇਹ ਬੜੀ ਵਾਰ ਸਾਡੇ

ਕੋਲੋਂ ਮੂੰਹ ਲੁਕਾਉਂਦੀ ਫਿਰੇਗੀ। ਸੋ ਇਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣੀਏ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੇ ਪਛਾਣਨ ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਪਛਾੜੀ ਜਾ ਸਕੇਗੀ। ਪਰ ਜੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਹੀ ਨਾ ਸਕੀਏ ਤਾਂ ਮਾਇਆ ਦੇ ਚੁੰਗਲ ਵਿਚ ਫਸੇ ਧਾਤ ਦੇ ਮਾਇਆਵੀ ਰਸਤੇ ਉਪਰ ਤੁਰੀ ਜਾਵਾਂਗੇ ਤੇ ਪਰਮਾਰਥ ਵੱਲੋਂ ਅਵੇਸਲੇ ਹੋਏ ਰਹਾਂਗੇ।

ਹਉਂ ਵਿਚ ਪਾਪ-ਪੁੰਨ ਵੀਚਾਰ

ਹਉਮੈ 'ਨੰਨਾਕਾਰੀ' ਦਾ ਗੁਦਾਮ ਹੈ। ਹਰ ਸ਼ਰਾਰਤ, ਹਰ ਖ਼ਰਾਬੀ, ਹਰ ਦੁਰਦਸ਼ਾ ਵਿਚ ਇਸ ਦਾ ਵੱਡਾ ਹੱਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਨਰਕ ਸਿਰਜੇ ਬਿਨਾਂ ਇਸ ਦੀ ਸਰਦੀ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਵੀ ਪਾਪਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਭਰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਕਦੇ ਸਮਝ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਧੋਣਾ ਲੋਚਦੀ ਹੈ।[12]

ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਦ੍ਵੈਤ ਹੈ। ਕੀ ਪਾਪ ਤੇ ਕੀ ਪੁੰਨ ਦੋਵੇਂ ਦ੍ਵੈਤ ਵਿਚ ਹੀ ਸਮਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹੋਰਨਾਂ ਦਾ ਬੁਰਾ ਕਰੋ ਤਾਂ ਪਾਪ, ਭਲਾ ਕਰੋ ਤਾਂ ਪੁੰਨ। ਇਉਂ ਜਾਣੋ, ਪਾਪ ਤੇ ਪੁੰਨ ਕੇਵਲ ਸੰਸਾਰਕ ਪ੍ਰਕਰਣ ਵਿਚ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[13] ਇਉਂ ਵੀ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਪਾਪ-ਪੁੰਨ ਦੀ ਦ੍ਵੈਤ ਵਿਚ ਹੀ ਸੰਸਾਰ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਹੀ ਪਾਪ-ਪੁੰਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਹਉਮੈ ਹੀ ਪਾਪ-ਪੁੰਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਵੀ ਹੈ।[14] ਹਉਮੈ ਹੀ ਸੱਚ-ਝੂਠ ਬੋਲਦੀ ਵੀ ਹੈ, ਪਾਪਾਂ ਨਾਲ ਭਰੀਦੀ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਧੋਣ ਦੀ ਚਾਹਵਾਨ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[15]

ਪਾਪ-ਪੁੰਨ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਇਕ ਲੇਖੇ ਸੋਚੀਏ ਤਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਸੰਕਲਪ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਹੀ ਨੈਤਿਕ ਨੇਮ ਸਾਜਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਮਾਜ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਨੇਮਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਪਾਪੀ ਜਨ ਸਮਾਜ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਤੋਂ ਹਟ ਕੇ ਹੀ ਪਾਪ ਕਮਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਭਾਵੇਂ ਕਿਤਨੇ ਲੁਕਾਅ ਕਰ ਲਵੇ, ਆਖ਼ਰ ਜ਼ਰੂਰ ਨਸ਼ਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਅੰਤਰਿ ਬਹਿ ਕੈ ਕਰਮ ਕਮਾਵੈ ਸੋ ਚਹੁ ਕੁੰਡੀ ਜਾਣੀਐ॥
ਜੋ ਧਰਮੁ ਕਮਾਵੈ ਤਿਸੁ ਧਰਮ ਨਾਉ ਹੋਵੈ ਪਾਪਿ ਕਮਾਣੈ ਪਾਪੀ ਜਾਣੀਐ॥
(ਮਾਝ ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 138)

ਪਰ ਦਰਅਸਲ ਬਹੁਤ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਦੀਆਂ ਹਨ।[16] ਜਦ ਉਹ ਜੋਸ਼ ਮਾਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਬਿਬੇਕ ਉਪਰ ਹਾਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ:

---

12. ਹਉ ਵਿਚਿ ਭਰੀਐ ਹਉ ਵਿਚਿ ਧੋਵੈ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*
13. ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਵਰਤੈ ਸੰਸਾਰਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1052)*
14. ਹਉਮੈ ਕਰੈ ਕਰਾਵੈ ਹਉਮੈ ਪਾਪ ਕੋਇਲੇ ਆਨਿ ਜਮਾਵੈਗੋ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1311)*
15. ਹਉ ਵਿਚਿ ਸਚਿਆਰੁ ਕੂੜਿਆਰੁ॥ ਹਉ ਵਿਚਿ ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਵੀਚਾਰੁ॥
ਹਉ ਵਿਚਿ ਨਰਕਿ ਸੁਰਗਿ ਅਵਤਾਰੁ॥ ਹਉ ਵਿਚਿ ਹਸੈ ਹਉ ਵਿਚਿ ਰੋਵੈ॥
ਹਉ ਵਿਚਿ ਭਰੀਐ ਹਉ ਵਿਚਿ ਧੋਵੈ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)*
16. ਉਨਮਤ ਕਾਮਿ ਮਹਾ ਬਿਖੁ ਭੂਲੈ ਪਾਪੁ ਪੁੰਨੁ ਨ ਪਛਾਨਿਆ॥ *(ਸ੍ਰੀਰਾਗ ਬੇਣੀ ਜੀ, ਪੰਨਾ 93)*

ਜਾਨਿ ਅਜਾਨ ਭਏ ਹਮ ਬਾਵਰ ਸੋਚ ਅਸੋਚ ਦਿਵਸ ਜਾਹੀ॥
ਇੰਦ੍ਰੀ ਸਬਲ ਨਿਬਲ ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਪਰਮਾਰਥ ਪਰਵੇਸ ਨਹੀ॥
(ਸੋਰਠਿ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ, ਪੰਨਾ 658)

ਤਾਂ ਵੀ ਜੇ ਇਕ ਵਾਰੀ ਹਉਂ ਨਿਬੜ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਰੀ ਦ੍ਵੈਤ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਜੀਵ ਸਮਸਤ ਨਾਲ 'ਏਕ' ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਤਾਂ 'ਏਕਤਵ' ਦਾ ਇਹ ਅਨੁਭਵ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਭੁਚਲਾ ਹੀ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜਦ ਬਿਰਛਾਂ ਨਾਲ, ਪੰਛੀਆਂ ਨਾਲ, ਚੱਟਾਨਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਇਕ ਹੋਇਆ ਹੋਇਆ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੈਰਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਦ੍ਵੈਤ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਦੋ-ਸਿਰਿਆਂ ਵਾਲੀ ਸੋਚਣੀ, ਚਾਨਣ-ਹਨੇਰਾ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ-ਮੌਤ, ਪਿਆਰ-ਨਫ਼ਰਤ ਆਦਿ ਵਾਲੀ ਸੋਚਣੀ, ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਕੋਈ ਤੁਲਨਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ, ਮੁਕਾਬਲਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ, ਈਰਖਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ, ਦ੍ਵੈਤ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਜਦ ਹਉਮੈ ਨਿਬੜ ਜਾਏ ਤਾਂ ਸਮ-ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਜਨਮ ਲੈ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਸਭ ਥਾਈਂ ਆਤਮ ਪਸਾਰਾ ਹੀ ਜਾਪਦਾ ਹੈ:

ਬ੍ਰਹਮੁ ਦੀਸੈ ਬ੍ਰਹਮੁ ਸੁਣੀਐ ਏਕੁ ਏਕੁ ਵਖਾਣੀਐ॥
ਆਤਮ ਪਸਾਰਾ ਕਰਣਹਾਰਾ ਪ੍ਰਭ ਬਿਨਾ ਨਹੀ ਜਾਣੀਐ॥
(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 846)

ਪਰ ਜਦ ਤਕ ਹਉਮੈ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਬੰਦਾ ਪਾਪਾਂ-ਪੁੰਨਾਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੀ ਜਿਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਕੀਤੇ ਪਾਪਾਂ ਕਾਰਨ ਡੰਨ ਸਹਿੰਦਾ ਹੈ।[17] ਇਸ ਡੰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਤੋਂ ਡਰਦਾ, ਪਛਤਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਅੰਦਰ ਪਛਤਾਵਾ ਜਾਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਕੋਈ ਰਾਹ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ[18] ਤਦ ਉਹ ਉਧਰਨ ਦਾ ਰਾਹ ਢੂੰਡਦਾ ਤੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਭਾਲਦਾ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਤੇ ਭਉ

ਭਉ ਇਕ ਦੁਖਾਵਾਂ ਭਾਵ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਾਸਤਵਿਕ ਜਾਂ ਮਨੋਕਲਪਿਤ ਖ਼ਤਰੇ ਤੋਂ ਉਪਜਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਈ ਰੂਪਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਚਿੰਤਾ, ਫ਼ਿਕਰ, ਤੌਖ਼ਲਾ, ਧੜਕੀ, ਸਹਿਮ, ਭੈ, ਡਰ, ਤ੍ਰਾਸ, ਤ੍ਰਾਹ, ਦਹਿਲਣਾ ਆਦਿ ਸਭ ਇਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਛੋਟੇ ਵੱਡੇ ਸਦੱਸ ਹਨ।

ਭਉ, ਹਉਮੈ ਦੇ ਨਸੀਬ ਵਿਚ ਹੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਮਸਤ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਨਿਵੇਕਲੀ, ਨਿਖੜੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਭਰੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਘਿਰੀ, ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਖ਼ਤਰੇ ਦਾ ਇਹਸਾਸ ਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਉਪਜੇ ਡਰ ਦੇ ਭਾਵ ਇਸ ਦੀ ਖ਼ਸਲਤ ਵਿਚ ਹੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਲਈ ਭੈਅ-ਗ੍ਰਸਤ ਹਉਮੈ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ

17. ਹਉਮੈ ਡੰਨੁ ਸਹੈ ਰਾਜਾ ਮੰਗੈ ਦਾਨ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 416)*
18. ਮਨ ਉਧਰਣ ਕਾ ਸਾਜੁ ਨਾਹਿ॥ ਪਾਪ ਬੰਧਨ ਨਿਤ ਪਉਤ ਜਾਹਿ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1192)*

ਦੇ ਤੌਖ਼ਲਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੇ ਸਾਧਨ ਭਾਲਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਖ਼ਤਰਾ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਵਿਨਾਸ਼ ਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚੇਤਨ ਤੇ ਅਚੇਤਨ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕਦੇ ਤਾਂ ਅੱਖਾਂ ਮੀਟ ਲੈਂਦੀ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਬਿੱਲੀ ਦੇ ਆਉਣ 'ਤੇ ਕਬੂਤਰ ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਨਾਸ਼ਮਾਨਤਾ ਵੱਲੋਂ ਤਾਂ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਅੱਖਾਂ ਮੀਟੀ ਰੱਖਣਾ ਲੋਚਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਉਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਜੋ ਇਸ ਦੀ ਨਾਸ਼ਮਾਨਤਾ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਨੂੰ ਚੇਤੰਨ ਕਰਦੀ ਹੋਵੇ, ਇਹ ਅੱਖੋਂ ਓਹਲੇ ਹੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਭਰਮ ਹੋਰ ਵੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ – ਉਹ ਇਹ ਕਿ ਉਹ ਸਭ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨਾਲ ਟਕਰਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਜਿੱਠ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਵੱਡੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਸਿਮ੍ਰਿਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਖ਼ਾਰਜ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਭਰਮ ਬਣਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਖ਼ਤਰਾ ਟਲਦਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਉਸ ਤੋਂ ਮੁੱਕਰਿਆ ਤਾਂ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਦੇ ਕਦੇ ਹਉਮੈ ਡਰ ਅੱਗੇ ਆਪਣੀ ਨਿਰਬਲਤਾ ਸਮਝਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਹੋਰਨਾਂ ਉਪਰ ਦੋਸ਼ ਆਰੋਪਣ ਦਾ ਢੰਗ ਵਰਤ ਲੈਂਦੀ ਹੈ – ਜਿਵੇਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, "ਡਿੱਗਾ ਖੋਤੀ ਤੋਂ, ਗ਼ੁੱਸਾ ਘੁਮਿਆਰ 'ਤੇ।" ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ ਦੇ ਕੇ ਵੀ ਡਰ ਚਲਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਕਦੇ ਡਰ ਵਾਲੀ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਖ਼ਾਰਜ ਕਰਨ ਹਿਤ ਉਸ ਦਾ ਦਮਨ ਅਚੇਤਨ ਵਿਚ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਦਮਨ ਹੋਇਆ ਹੋਇਆ ਡਰ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦੀਆਂ ਇਲਾਮਤਾਂ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਈ ਵਾਰ ਹਉਮੈ ਡਰ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦਾ ਵਿਸਥਾਪਨ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਡਰ ਵਾਲੀ ਅਸਲ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਥਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਅਵਸਥਾ ਨਾਲ ਡਰ ਨੂੰ ਜੋੜ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਮੌਤ ਦਾ ਡਰ ਬੜੀ ਵਾਰ ਵਿਸਥਾਪਿਤ ਹੋ ਕੇ ਹਨੇਰੇ ਦਾ, ਇਕੱਲ ਦਾ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਭੈ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਸਥਾਪਨ ਦੀ ਵਿਧੀ ਰਾਹੀਂ ਅਸਲ ਡਰ ਤਾਂ ਅੱਖੋਂ ਓਹਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਡਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਅਵਸਥਾ ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਦੇ ਹਉਮੈ ਬੌਧਿਕੀਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਲੈਂਦੀ ਹੈ – ਡਰ ਦਾ ਬੌਧਿਕ ਕਾਰਨ ਭਾਲ ਕੇ ਜਾਂ ਬੁੱਧੀ ਰਾਹੀਂ ਉਸ ਨਾਲ ਜੂਝਣ ਦਾ ਢੰਗ ਢੂੰਡਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰ ਕੇ। ਢੰਗ ਭਾਵੇਂ ਕੋਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇ, ਡਰ ਦੀ ਗ਼ੈਰ-ਮੌਜੂਦਗੀ ਦਾ ਕੇਵਲ ਧੋਖਾ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੇ ਸਕੀਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਯਤਨਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਨਤੀਜਾ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਮਨੁੱਖ ਫਿਰ ਵੀ ਨਿਰਭੈਤਾ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

'ਮੁਕਰਨ', 'ਦਮਨ', 'ਆਰੋਪਣ', 'ਵਿਸਥਾਪਨ' ਤੇ 'ਬੌਧਿਕੀਕਰਨ' ਆਦਿ ਉਹ ਸਾਧਨ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਭੈ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਗਹੁ ਨਾਲ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਭੈ ਅੱਖੋਂ ਉਹਲੇ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ। ਇਹਨਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਨਾਲ ਕੂੜਾਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਭਰਮ ਜ਼ਰੂਰ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਆਓ ਜ਼ਰਾ ਸੋਚੀਏ! ਡਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕੌਣ ਕਰਦਾ ਹੈ ? ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਤਾਂ ਡਰ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਹਉਮੈ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਡਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਹਉਮੈ ਨਾ ਰਹੇ ਤਾਂ ਕੋਈ ਡਰ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਜਦ ਇਹ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਸਭ ਡਰ ਇਕਦਮ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ :

ਹਉਮੈ ਰੋਗੁ ਗਇਆ ਭਉ ਭਾਗਾ ਸਹਜੇ ਸਹਜਿ ਮਿਲਾਇਆ॥
(ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੪, ਪੰਨਾ 773)

ਜਦ ਕੁੜਾਵਾ ਆਪਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਤਾਂ ਫਿਰ ਡਰਨ ਵਾਲਾ ਰਹਿ ਕੌਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ?[19] ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲ ਜਾਏ ਤਾਂ ਭਉ ਤੇ ਭਰਮਾਂ ਤੋਂ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋਇਆ ਮਨੁੱਖ ਬਿਲਕੁਲ ਨਿਹਕੇਵਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[20]

ਅਸੀਂ ਅੱਗੇ ਚੱਲ ਕੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰਾਂਗੇ ਕਿ ਹਉਮੈ ਹੀ ਦੂਈ ਜਾਂ ਦੁਬਿਧਾ ਦਾ ਮੂਲ ਸ੍ਰੋਤ ਹੈ। ਹਉਮੈ-ਜਾਈ ਦੁਬਿਧਾ ਜੇ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਭਉ ਵੀ ਨਾਲੇ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਦੂਈ ਕੋਈ ਨਹੀਂ, ਭਾਵ ਦੂਜਾ ਕੋਈ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਫਿਰ ਡਰ ਕਿਸ ਤੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਪਰ, ਇਹ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦੁਬਿਧਾ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਮਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ :

ਐਸਾ ਕੋਇ ਜਿ ਦੁਬਿਧਾ ਮਾਰਿ ਗਵਾਵੈ॥
ਇਸਹਿ ਮਾਰਿ ਰਾਜ ਜੋਗੁ ਕਮਾਵੈ॥
ਜੋ ਇਸੁ ਮਾਰੇ ਤਿਸ ਕਉ ਭਉ ਨਾਹਿ॥
ਜੋ ਇਸੁ ਮਾਰੇ ਸੁ ਨਾਮਿ ਸਮਾਹਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨੇ 237-38)*

ਐਪਰ ਭਾਵੇਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਜੀਵ ਨਿਰਭਉ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਵੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[21] ਉਸ ਨਿਰਭਉ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਿਰਮਲ ਭਉ ਵਿਚ ਵਿਚਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਭਉ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਉਹ ਨਿਰਭਉ ਹਰ ਥਾਂ ਰਮਿਆ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰ ਮੌਜੂਦ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ :

ਨਿਰਮਲੁ ਭਉ ਪਾਇਆ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਇਆ ਹਰਿ ਵੇਖੈ ਰਾਮੁ ਹਦੂਰੇ॥
(ਸੂਹੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 774)

ਜੇ ਕੋਈ ਇਸ ਹਉਮੈ-ਗਰਬ ਨੂੰ ਤੱਜ ਕੇ, ਨਿਰਭਉ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਲੜ ਪਕੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਡਰ ਭਉ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ :

ਜਿਨ ਨਿਰਭਉ ਜਿਨ ਹਰਿ ਨਿਰਭਉ ਧਿਆਇਆ ਜੀ ਤਿਨ ਕਾ ਭਉ ਸਭੁ ਗਵਾਸੀ॥
(ਆਸਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 11)

ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰੂ ਜੀ ਸਲਾਹ ਦੇਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਡਰ ਵਿਚ ਘਰ ਪਾ ਲਉ ਤੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਅਥਵਾ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਉਸ ਦੇ ਡਰ ਨੂੰ ਵਸਾ ਲਉ। ਫਿਰ ਇਸ ਨਿਰਮਲ ਡਰ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਡਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੋਹ ਨਹੀਂ ਸਕੇਗਾ। ਜਦ ਹੋਰ ਕੋਈ ਹੋਵੇਗਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਡਰਨ ਦੀ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿ ਜਾਵੇਗੀ ? ਫਿਰ ਸਮਝ ਲਉ ਕਿ ਸਾਡੇ ਦੁਨਿਆਵੀ ਡਰ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਹਉਮੈ ਵੇਹੜੇ ਮਨ ਦਾ ਹੀ ਰੌਲਾ ਹਨ :

---

19. ਜਹ ਆਪੁ ਗਇਆ ਭਉ ਭਾਗਾ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 879)*
20. ਭ੍ਰਮੁ ਭਉ ਕਾਟਿ ਕੀਏ ਨਿਹਕੇਵਲ ਜਬ ਤੇ ਹਉਮੈ ਮਾਰੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 207)*
21. ਏਕਾ ਨਿਰਭਉ ਬਾਤ ਸੁਨੀ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 998)*

ਡਰਿ ਘਰੁ ਘਰਿ ਡਰੁ ਡਰਿ ਡਰੁ ਜਾਇ ॥
ਸੋ ਡਰੁ ਕੇਹਾ ਜਿਤੁ ਡਰਿ ਡਰੁ ਪਾਇ ॥...
ਡਰੀਐ ਜੇ ਡਰੁ ਹੋਵੈ ਹੋਰੁ ॥
ਡਰਿ ਡਰਿ ਡਰਣਾ ਮਨ ਕਾ ਸੋਰੁ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 151)*

ਇਵੇਂ ਹੀ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਡਡਾ ਡਰ ਉਪਜੇ ਡਰੁ ਜਾਈ ॥
ਤਾ ਡਰ ਮਹਿ ਡਰੁ ਰਹਿਆ ਸਮਾਈ ॥
ਜਉ ਡਰ ਡਰੈ ਤ ਫਿਰਿ ਡਰੁ ਲਾਗੈ ॥
ਨਿਡਰ ਹੂਆ ਡਰੁ ਉਰ ਹੋਇ ਭਾਗੈ ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 341)*

ਆਖ਼ਰ ਇਹ ਸੱਚ ਸਮਝ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਉ ਕੋਲੋਂ ਰਾਖੀ ਕੇਵਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਲਿਆਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਆਪ ਨਿਰਭੈ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਡਾਢਾ ਵੀ।[22] ਐਸੀ ਡਾਢੀ ਰਾਖੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬੰਦਾ ਹੌਂਸਲੇ ਨਾਲ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ:

ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਰਾਖਾ ਸਭਨੀ ਥਾਈ ਤਾ ਭਉ ਕੇਹਾ ਕਾੜਾ ਜੀਉ ॥
(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 103)

ਐਸਾ ਰਾਖਾ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਤੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਉਹ ਮਿਲ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਮੁਥਾਜੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

22. ਜਿਸ ਦਾ ਸਾਹਿਬੁ ਡਾਢਾ ਹੋਇ ॥ ਤਿਸ ਨੋ ਮਾਰਿ ਨ ਸਾਕੈ ਕੋਇ ॥
(ਬਿਲਾਵਲ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 842)

ਹਉਮੈ ਤੇ ਮਾਨਵੀ ਸੰਬੰਧ

ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਜੀਵਨ ਬੇਅੰਤ ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਬੱਝਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜਨਮ ਹੁੰਦੇ ਸਾਰ ਸੰਬੰਧ ਉਸ ਨੂੰ ਘੇਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲਾ ਸੰਬੰਧ ਮਾਂ ਨਾਲ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿਚ ਪਾਲਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਭੁੱਖ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਛਾਤੀ ਨਾਲ ਲਾ ਕੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪਿਆਲਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਲੋਰੀਆਂ ਦੇ ਕੇ ਸੁਆਲਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਮੈਲਾ ਹੂੰਝਦੀ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਦੀ ਹੈ, ਆਪ ਗਿੱਲੇ ਥਾਂ ਸੌਂ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਸੁੱਕੇ ਥਾਂ ਸੁਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ 'ਮੇਰਾ ਆਪਣਾ' ਬੱਚਾ ਹੈ ਨਾ! ਬੱਚੇ ਲਈ ਉਹ 'ਮੇਰੀ ਮਾਂ' ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਰਿਸ਼ਤਾ ਪਰਸਪਰ ਮੇਰ-ਪੁਣੇ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੈ। ਹਰ 'ਮੇਰ' ਦੇ ਪਿੱਛੇ 'ਮੈਂ' ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਾਂਗਰ ਹਰ ਰਿਸ਼ਤਾ ਦੁਪਾਸੜ ਹਉਮੈ ਦਾ ਹੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਜ਼ਰਾ ਜਿਹੀ ਠੇਸ ਲੱਗੇ ਸਹੀ, ਰਿਸ਼ਤਾ ਡੋਲਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਹਰ ਸੰਬੰਧ ਹਉਮੈ ਦੇ ਬੰਧਨ ਵਿਚ ਬੱਝਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਥੋਂ ਦੀ ਧੰਧੇ-ਧਾਵਣੀ, ਦੁਖ-ਸੁਖ, ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ, ਆਸਾ-ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਸਭ ਹਉਮੈ ਦੇ ਘੜੇ ਹੋਏ ਬੰਧਨ ਹਨ। ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਹਿੱਤ, ਇਥੋਂ ਦੇ ਪਿਆਰ, ਇਥੋਂ ਦੇ ਵਿਹਾਰ, ਚੰਗੇ ਤੇ ਮੰਦੇ ਕਰਮ, ਪਾਪ ਤੇ ਪੁੰਨ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਉਪਰ ਆਧਾਰਤ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦਾ ਗੇੜ, ਸਭ ਦੇ ਸਭ ਹਉਮੈ ਦੇ ਬੰਨ੍ਹੇ ਹੋਏ ਬੰਧਨ ਹਨ:

ਹਉਮੈ ਬੰਧਨ ਬੰਧਿ ਭਵਾਵੈ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 227)*

ਐਸੇ ਬੰਧਨਾਂ ਦਾ ਤਾਂ ਕੋਈ ਹਿਸਾਬ ਹੀ ਨਹੀਂ:

ਬੰਧਨ ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਸੰਸਾਰਿ ॥
ਬੰਧਨ ਸੁਤ ਕੰਨਿਆ ਅਰੁ ਨਾਰਿ ॥੨॥
ਬੰਧਨ ਕਰਮ ਧਰਮ ਹਉ ਕੀਆ ॥
ਬੰਧਨ ਪੁਤੁ ਕਲਤੁ ਮਨਿ ਬੀਆ ॥੩॥
ਬੰਧਨ ਕਿਰਖੀ ਕਰਹਿ ਕਿਰਸਾਨ ॥
ਹਉਮੈ ਡੰਨੁ ਸਹੈ ਰਾਜਾ ਮੰਗੈ ਦਾਨ ॥੪॥
ਬੰਧਨ ਸਉਦਾ ਅਣਵੀਚਾਰੀ ॥
ਤਿਪਤਿ ਨਾਹੀ ਮਾਇਆ ਮੋਹ ਪਸਾਰੀ ॥੫॥
ਬੰਧਨ ਸਾਹ ਸੰਚਹਿ ਧਨੁ ਜਾਇ ॥
ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਭਗਤਿ ਨ ਪਵਈ ਥਾਇ ॥੬॥
ਬੰਧਨ ਬੇਦੁ ਬਾਦੁ ਅਹੰਕਾਰ ॥
ਬੰਧਨਿ ਬਿਨਸੈ ਮੋਹ ਵਿਕਾਰ ॥੭॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 416)*

ਇਹ ਸਾਰੇ ਹਉਮੈ ਦੇ ਹੀ ਸਾਜੇ ਹੋਏ ਬੰਧਨ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਹਉਮੈ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੀਵ ਕਿਸੇ ਬੰਧਨ ਵਿਚ ਪਵੇ ਹੀ ਨਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਤਾਂ:

ਹਉ ਹਉ ਕਰਤ ਬੰਧਨ ਮਹਿ ਪਰਿਆ...॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 642)*

ਹਉਮੈ ਬੜੀ ਚਾਤੁਰੀ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਸੋਚਦਾ ਹੈ, ਚੰਗੇ ਕਰਮ ਕਰਾਂਗਾ ਤਾਂ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਾਂਗਾ। ਸੋ ਉਹ ਸੁੱਚ ਕਰਮਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਇਹਨਾਂ ਸੁੱਚ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਹੀ ਅਭਿਮਾਨ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪੈਦਾ ਕਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

ਅਹੰਬੁਧਿ ਸੁਚਿ ਕਰਮ ਕਰਿ ਇਹ ਬੰਧਨ ਬੰਧਾਨੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 242)*

ਹਉਮੈ (ਅਹੰਬੁਧਿ) ਦਾ ਇਹ ਬੰਧਨ ਬੜਾ ਮਿੱਠਾ, ਬੜਾ ਕੋਮਲ ਬੰਧਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਤਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ, ਕਦੋਂ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ, ਸਾਡੀ ਸੰਪਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਡਾ 'ਆਪਣਾ' ਥਾਪ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

ਤਨੁ ਧਨੁ ਥਾਪਿ ਕੀਓ ਸਭੁ ਅਪਨਾ ਕੋਮਲ ਬੰਧਨ ਬਾਂਧਿਆ॥
(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 383)

ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਛੁੱਟ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਕਰਮ ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਤੇ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ:

ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਸੇਵੇ ਜੀਅ ਕੇ ਬੰਧਨਾ ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਕਰਮ ਕਮਾਹਿ॥
(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 589)

ਬੰਧਨ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਹਉਮੈ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ:

ਅਹੰਬੁਧਿ ਬੰਧਨ ਪਰੇ ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਛੁਟਾਰ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 255)*

ਪਰ ਜੇ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਨਾਮ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਦੇ ਪਾਏ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਤਣਾਅ

ਮਾਨਵੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਸੁਖ ਵੀ ਬੜਾ ਹੈ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਵੀ ਬੜੀ ਹੈ, ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਵੀ ਬੜੀ ਹੈ। ਪਰ ਹਉਮੈ ਦਾ ਭੂਤ ਬੜੀ ਵਾਰ ਇਹਨਾਂ ਖ਼ੁਸ਼ਕਿਸਮਤੀਆਂ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਕੇਵਲ ਪਰਸਪਰਤਾ ਉਪਰ ਬੱਝਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਪਰਸਪਰਤਾ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਵੀ ਤ੍ਰੇੜ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦਾ ਨਿਭਣਾ ਕਠਿਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ, ਵੱਛੇ, ਵਛੇਰੇ, ਲੇਲੇ ਆਦਿ ਜੰਮਦਿਆਂ ਤੋਂ ਹੀ ਆਪਣੀਆਂ ਟੰਗਾਂ 'ਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਹੀ ਖਲੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਆਦਮੀ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਟੰਗਾਂ 'ਤੇ ਖਲੋਣ ਵਿਚ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਉਤਨੀ ਦੇਰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰ ਆਪਣੀ ਮਾਤਾ ਦੇ ਆਸਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਿਰਭਰਤਾ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਪਰਸਪਰਤਾ ਦਾ ਬੀਜ ਪੁੰਗਰਦਾ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੀ ਪਰਸਪਰਤਾ ਵਿਚ ਆਸਾਂ-ਉਮੀਦਾਂ ਦੀ ਪਰਸਪਰਤਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਉਪਰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵੀ ਇਸੇ ਪਰਸਪਰਤਾ ਦਾ ਭਾਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਪਾਸੋਂ ਆਸਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਵੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਪਿਆਂ ਪਾਸੋਂ ਵੀ ਉਮੀਦਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਦੋਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਪਾਸੇ ਵੀ ਆਸਾਂ-ਉਮੀਦਾਂ ਦੀ ਪਰਸਪਰਤਾ ਵਿਚ ਫ਼ਰਕ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਤਣਾਅ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਮਾਪੇ ਹਰ ਵੇਲੇ ਆਪਣੀ ਹੀ ਮਨਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਜਿਉਂ ਹੀ ਬੱਚਾ ਪ੍ਰੌੜ੍ਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਣਾਅ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀਆਂ ਮਨਵਾਉਣ 'ਤੇ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਸਬਰ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਤਣਾਅ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀਆਂ ਮਨਵਾਉਣ ਦੀ ਆਦਤ ਕਰੜੀ ਹਉਮੈ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਕੇਵਲ ਆਪਣਾ ਹੀ ਸੋਚਦੀ ਹੈ ਦੂਜੇ ਦਾ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਲਈ ਪਰਸਪਰਤਾ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੰਬੰਧ ਇਕ-ਵਾਗੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਤਣਾਅ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਫਿਰ ਮਜਬੂਰੀ ਦੀ ਉਦਾਸੀ ਜਗਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਮਗਰੋਂ ਬਗ਼ਾਵਤ ਤੇ ਅੰਤ ਵਿਛਿੰਨਤਾ।

ਜੇ ਦੋਨਾਂ ਪਾਸੇ ਹੀ ਹਉਮੈ ਕਰੜੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬੜੀ ਛੇਤੀ ਦਲੀਲ-ਬਾਜ਼ੀ, ਝਗੜਾ, ਹਿੰਸਾ ਤੇ ਫਿਰ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਪਰਿਣਾਮ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਇਕ ਧਿਰ ਕਿਸੇ ਮਜਬੂਰੀ ਕਾਰਨ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰ ਵੀ ਲਵੇ ਤਾਂ ਸਤਹੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭਾਵੇਂ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਿੱਸਦੀ ਹੋਵੇ, ਅੰਦਰਖ਼ਾਤੇ ਸਮਨਵੈ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਹਾਲਤ ਕਿਸੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਛਿਨ ਇਕਾ-ਇਕ ਭੜਕ ਪੈਂਦੀ ਜਾਂ ਬੰਬ ਵਾਂਗ ਫੱਟ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਵਾਪਰੀ ਐਸੀ ਤ੍ਰੇੜ ਮੁੜ ਜੁੜਨੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਬੜੀ ਵਾਰ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਦੀ ਨਾਰਾਜ਼ਗੀ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।

ਐਪਰ, ਜੇਕਰ ਦੋਨਾਂ ਧਿਰਾਂ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਪਰਸਪਰਤਾ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਤੋਂ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਿਚ ਕਰ ਲੈਣ ਤਾਂ ਕਦੇ ਕਦਾਈਂ ਮਾੜੀ ਮੋਟੀ ਰੰਜਿਸ਼ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਸਮਨਵੈ ਕਠਿਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਦੋਵੇਂ ਧਿਰਾਂ ਐਸੀ ਰੰਜਸ਼ ਨੂੰ ਹੱਸ ਕੇ ਗੁਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਸ ਉਪਰ ਰਾਤ ਪੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਨੇਵਾ ਕਰ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਇਕ ਧਿਰ ਨੇ ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਮੁਕਾ ਹੀ ਲਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਕਿਸੇ ਤਣਾਅ ਦੀ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਹਰ ਵੇਲੇ ਖਿਮਾ ਕਰ ਸਕਣ ਦੇ ਸਮਰਥ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬੜੀ ਵਾਰ ਉਸ ਨੇ ਵੇਖ ਕੇ ਵੀ ਅਣਡਿੱਠ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਐਸਾ ਆਚਰਣ ਢਾਲ ਲਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਖਿਮਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਦੂਜੀ ਧਿਰ ਦੀਆਂ ਆਚਰਣਕ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਉੱਤੇ ਪਰਦੇ ਵੀ ਪਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਕਿਤੇ ਦੋਹਾਂ ਧਿਰਾਂ ਨੇ ਖ਼ੁਸ਼ਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ ਦੈਵੀ ਮਿਹਰ ਸਦਕਾ ਆਪੋ-ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿਬੇੜ ਲਈ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਦੋਵੇਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਗੋਦੀ ਵਿਚ ਸੱਚਾ ਸੁਰਗ ਮਾਣਦੇ ਹਨ ਤੇ ਦੋਵੇਂ ਧਿਰਾਂ ਦੈਵੀ ਲਗਾਤਾਰ ਮਿਹਰ ਦੇ ਪਰਸਪਰ ਅਨੰਦ ਦੀਆਂ ਭਾਗੀ ਬਣੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਐਸੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿਚ ਨਿਰਮਲਤਾ ਅਤੇ ਸੁੱਚਮ ਵਰਤਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਭ ਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ

ਰੱਬ ਨੂੰ ਭਾਲਣ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਗੁਆਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਰੱਬ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਭਾਲ ਸਕਦੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਗੁਆਚੀ ਹੋਈ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਭਾਲਦੇ ਹਾਂ। ਰੱਬ ਤਾਂ ਗੁਆਚਾ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਤਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦਾ ਪਿਆ ਹੈ। ਉਹ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਰੂਹ ਹੈ। ਇਸ ਰੂਹ ਨੂੰ ਜਾਣ ਲੈਣਾ ਹੀ ਰੱਬ ਨੂੰ ਭਾਲ ਲੈਣਾ ਹੈ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਤਦ ਤਕ ਜਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ, ਜਦ ਤਕ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਡੇ 'ਤੇ ਪ੍ਰਗਟ ਨਾ ਕਰ ਦਏ। ਪਰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੋਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜਦ ਤਕ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਧੁਰ ਅੰਦਰ ਤਕ ਉਤਰ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ, ਉਹ ਉਸ ਟਿਕਾਣੇ ਤਕ ਅਪੜ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ, ਜਿਥੇ ਰੱਬ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਪਹਿਲੀ ਲੋੜ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਰਾਹੇ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕੰਮ ਕਿਸੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ:

ਨਾਨਕ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਮਨ ਕਾ ਤਾਕੁ ਨ ਉਘੜੈ ਅਵਰ ਨ ਕੁੰਜੀ ਹਥਿ॥

(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 1237)

ਸੋ, ਪਹਿਲੀ ਲੋੜ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਸੱਚੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਰਾਹੇ ਪਾ ਸਕਣਾ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਇਸ ਕਾਰਜ ਦੇ ਸਮਰਥ ਵੀ ਹੋਵੇ ਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੰਧ ਦੇ ਹਰ ਮਰਹਲੇ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵੀ ਦੇ ਸਕੇ ਤੇ ਰਾਹਨੁਮਾਈ ਵੀ ਕਰ ਸਕੇ।

ਰੱਬ ਨੂੰ ਪਾਉਣ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣਾ ਅੰਦਰਾ, ਉਥੇ ਪਈਆਂ ਫ਼ਾਲਤੂ ਵਸਤਾਂ ਤੋਂ ਖ਼ਾਲੀ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਉਥੇ ਢੇਰ ਸਾਰਾ ਗੁੱਦੜ ਮਾਲ ਪਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਬਾਹਰ ਸੁੱਟਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੀ ਅੰਦਰਾ ਖ਼ਾਲੀ ਹੋ ਸਕੇਗਾ। ਇਸ ਕੂੜੇ ਨਾਲ ਬੜਾ ਮੋਹ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅੰਦਰ ਸੱਚਾ ਪਿਆਰ ਜਾਗੇ ਤਾਂ ਹੀ ਇਸ ਕੂੜੇ ਦੇ ਬਾਹਰ ਸੁੱਟੇ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕੇਗੀ।

ਪਰ ਕੇਵਲ ਅੰਦਰਾ ਖ਼ਾਲੀ ਕਰ ਲੈਣ ਨਾਲ ਰੱਬ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਸਾਰੇ ਵਿਚਾਰ, ਭਾਵ, ਬਿੰਬ, ਯਾਦਾਂ ਆਦਿ ਖ਼ਾਰਜ ਵੀ ਕਰ ਲਈਏ, ਤਾਂ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਰੱਬ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਹੋ ਜਾਏ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਕਾਰਨ-ਕਾਰਜ ਵਾਲੀ ਤਾਰਕਿਕਤਾ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦੀ। ਉਥੇ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਹੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ।

ਅਸਾਂ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਖ਼ਾਲੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦਾਨ ਵੀ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਆਪਾ ਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਐਸੇ ਦਾਨ-ਪਾਤਰ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਇਹ ਦਾਨ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਲਵੇ। ਐਸਾ ਵਿਅਕਤੀ ਗੁਰੂ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਧਿਆਤਮ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਇਕੱਲਿਆਂ ਤੁਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਅਕੇਵਾਂ ਵਾਪਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਤਿਸੰਗਤ ਵਿਚ ਇਸੇ ਮਾਰਗ ਦੇ ਹੋਰ ਪਾਂਧੀ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ,

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੰਗ ਇਸ ਸਫ਼ਰ ਨੂੰ ਸੁਹਾਵਾ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਕੇਵੇਂ ਨੂੰ ਵਰਜ ਵੀ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਿੱਖੀ ਕੇਵਲ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਪਾਵਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਮਾਰਗ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ ਤੇ ਹੋਰਾਂ ਦੇ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਜੋੜਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਅਰਥ ਸਮਝ ਲਈਏ। ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਪਾਸੇ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦੇਣਾ ਵੀ ਸਾਡਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਆਪ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਕਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ, ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਪਾਸੇ ਲਗਾਣਾ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ:

ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਧੂੜਿ ਮੰਗੈ ਤਿਸੁ ਗੁਰਸਿਖ ਕੀ
ਜੋ ਆਪਿ ਜਪੈ ਅਵਰਹ ਨਾਮੁ ਜਪਾਵੈ॥ *(ਵਾਰ ਗਉੜੀ ਮ: 4, ਪੰਨਾ 306)*

ਸੇਵਾ ਤੇ ਪਰੋਪਕਾਰ ਅੰਦਰੋਂ ਰੂਹਾਨੀਅਤ ਦੇ ਮੋਘੇ ਖੋਲ੍ਹ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਨਿਹਕਾਮਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦਾਨ ਕਰ ਕੇ ਭਰੱਪਣ ਉਜਾਗਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵੰਡ ਕੇ ਛਕਣ ਨਾਲ ਅੰਨ ਰਾਹੀਂ ਪੂਜਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਜਪੀਐ ਨਾਮੁ ਜਪੀਐ ਅੰਨੁ॥ *(ਗੋਂਡ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 873)*

ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਕਾਰਜਾਂ ਲਈ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਅਤਿ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ ਸੰਗਤ ਤੇ ਪੰਗਤ ਦੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤੀਆਂ।

ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ

ਜਦ ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਜਮਾਤ ਵਿਚ – ਕੌਮ ਵਿਚ, ਰਾਜਨੀਤਕ ਪਾਰਟੀ ਵਿਚ, ਧਾਰਮਿਕ ਜਥੇਬੰਦੀ ਜਾਂ ਸੰਪ੍ਰਦਾਇ ਵਿਚ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਧੜੇ ਵਿਚ – ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਹ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜੀ ਭਲੇ ਦੀ ਥਾਂ ਜਮਾਤੀ ਭਲਾ ਭਾਲਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਰਦਿਆਂ ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਨਾ ਉਹ ਕੋਈ ਉਜਰਤ ਭਾਲਦੀ ਹੈ, ਨਾ ਜ਼ਾਤੀ ਫ਼ਾਇਦਾ, ਨਾ ਨਾਮਣਾ ਤੇ ਨਾ ਆਪਣੀ ਸਿਫ਼ਤ ਦੀ ਆਸ ਹੀ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਐਸੀ ਹਉਂ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਲੋਕ ਜਮਾਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦੇ ਸਦੱਸ ਹੋ ਜਾਣ ਨੂੰ ਸੁਭਾਗ ਸਮਝ ਕੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਮਨਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਆਦਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਸਭ ਕੁਝ ਕਰ ਗੁਜ਼ਰਨ ਲਈ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਬਹੁਤ ਕਰ ਐਸੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਇਹ ਸਮਝ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਜਮਾਤ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਕੇ ਨਿੱਜੀ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕੇ ਹਨ। ਪਰ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉੱਠਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਸੱਚਮੁੱਚ ਇਹ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕੇ ਹਨ ? ਜਾਂ ਫਿਰ ਇਹ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ, ਨਿੱਜਤਾ ਤੋਂ ਹਟ ਕੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚੁਣੀ ਹੋਈ ਜਮਾਤ ਨਾਲ ਜਾ ਜੁੜੀ ਹੈ।

ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਦੇ ਲੱਛਣ ਵੀ ਨਿੱਜੀ ਹਉਮੈ ਵਰਗੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਵੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਹੀ ਸਿੱਧ ਕਰਨ ਵਿਚ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਬਹੁਲਤਾ ਵਿਚ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਉਹ ਵੀ ਵਿਵਾਦ ਖੜੇ ਕਰ ਸਕਦੀ ਤੇ ਦੁਸ਼ਮਣੀਆਂ ਵੀ ਸਹੇੜ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੀ ਸੀਮਾ ਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਉਹ ਐਸੇ ਵਿਵਾਦ ਖੜੇ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਵਿਵਾਦ ਖੜਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਪਾਗਲ ਜਿਹਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਸ ਸੱਚਾਈ ਵੱਲੋਂ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਸਮਝ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਇਹ ਸੋਚ ਕੇ ਪਸ਼ੇਮਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਜਮਾਤ ਦਾ ਉਸ ਨੇ ਸਾਥ ਦੇਣਾ ਪਸੰਦ ਕੀਤਾ, ਉਹ ਤਾਂ ਸ਼ੁਦਾਈਆਂ ਜਿਹੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਐਸੇ ਸਵਾਲ ਉਠਾਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਈ ਉਸ ਜਮਾਤ ਦੀਆਂ ਸਮਸਤ ਕੀਮਤਾਂ ਤੇ ਧਾਰਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸ਼ੰਕਾਵਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹ ਜਮਾਤ ਛੱਡ ਕੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜਮਾਤ ਜਾਂ ਧੜੇ ਨਾਲ ਵਾਸਤਾ ਜੋੜ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਉਂ ਉਹ ਇਕ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਥਾਂ ਦੂਜੀ ਅਪਨਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਨਿੱਜੀ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧੇਰੇ ਕਰੜੀ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਬੜੀ ਹੱਦ ਤਕ ਅਚੇਤ ਵੀ। ਐਵੇਂ ਕਿਸੇ ਬੇ-ਸਬੱਬ ਜੁੜੇ ਹਜੂਮ ਦੀ ਨਿੱਪਟ ਆਰਜ਼ੀ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਐਸੇ ਜ਼ੁਲਮ ਢਾਹ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹਉਮੈ ਇਕੱਲਿਆਂ ਸੋਚ

ਵੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ। ਜੇਕਰ ਕੌਮਾਂ ਬਾਰੇ ਹੀ ਸੋਚੀਏ ਤਾਂ ਉਹ ਵੀ ਐਸੇ ਦੁਸ਼ਕਰਮ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹਉਮੈ ਦੇ ਜੁਰਮਾਂ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਸਮਝੇ ਜਾ ਸਕਦੇ। ਕੇਵਲ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚ ਹੀ ਮਾਸੂਮਾਂ ਉਪਰ ਜਬਰ, ਤਸ਼ੱਦਦ ਤੇ ਜ਼ੁਲਮ ਨਹੀਂ ਢਾਹੇ ਜਾਂਦੇ ਰਹੇ, ਅੱਜ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਤਾਂ ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਵੀ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਮਾਸੂਮਾਂ ਦਾ ਹਾਨ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਆਤੰਕਵਾਦ ਦਾ ਬੇਇੰਤਹਾ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤੇ ਆਤੰਕਵਾਦੀ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਕੋਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕੋਈ ਗੁਨਾਹਗਾਰ ਹੀ ਹੋਵੇ। ਉਹ ਤਾਂ ਜੋ ਕੋਈ ਸਾਹਵੇਂ ਆ ਜਾਏ, ਉਸੇ ਦੀ ਹੱਤਿਆ ਕਰ ਕੇ ਆਤੰਕ ਫੈਲਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਤੰਕਵਾਦੀਆਂ ਦੀ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਇਸੇ ਲਈ ਹੋਰ ਵੀ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਹਕੂਮਤ ਹੀ ਆਤੰਕਵਾਦੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜ਼ੁਲਮ ਦੀ ਹੱਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਦੇ ਪਰਿਣਾਮ

ਉਪਰ ਅਸਾਂ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਦੇ ਦੁਸ਼ਕਰਮਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ ਐਸੇ ਕੁਕਰਮਾਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਨਵੀਂ ਚੇਤਨਾ ਵੀ ਜਾਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਉਸ ਜਮਾਤ ਦੇ ਬਰਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਨਵੀਆਂ ਜਮਾਤਾਂ ਵੀ ਖੜੀਆਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਐਸੀਆਂ ਜਮਾਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀਆਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਕਾਇਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਪਰ ਜੇ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਬਣਾਉਣੀ ਚਾਹੁਣ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਵੀ ਕਾਇਮ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਲੋਂ ਸੋਘਵਾਨ ਰਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਜਮਾਤਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੂਰਾ ਚਾਨਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੋਰਾਂ ਵਿਚ ਸੁਅਸਥ ਸੋਝੀ ਜਗਾਉਣ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਐਸੇ ਲੋਕ ਅਜਿਹੀ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਸਿਖਰ ਸਿਰਜ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਵਿਸ਼ਵ ਅੰਦਰ ਅਮਨ ਤੇ ਆਰਾਮ ਵਰਤਾਉਣ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਐਸੇ ਲੋਕ ਦੁਨਿਆਵੀ ਧੜੇ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦੇ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਕਿਸ ਹੀ ਧੜਾ ਕੀਆ ਮਿਤ੍ਰ ਸੁਤ ਨਾਲਿ ਭਾਈ ॥
ਕਿਸ ਹੀ ਧੜਾ ਕੀਆ ਕੁੜਮ ਸਕੇ ਨਾਲਿ ਜਵਾਈ ॥
ਕਿਸ ਹੀ ਧੜਾ ਕੀਆ ਸਿਕਦਾਰ ਚਉਧਰੀ ਨਾਲਿ ਆਪਣੈ ਸੁਆਈ ॥
ਹਮਾਰਾ ਧੜਾ ਹਰਿ ਰਹਿਆ ਸਮਾਈ ॥੧॥
ਹਮ ਹਰਿ ਸਿਉ ਧੜਾ ਕੀਆ ਮੇਰੀ ਹਰਿ ਟੇਕ ॥
ਮੈ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਪਖੁ ਧੜਾ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ
ਹਉ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਵਾ ਅਸੰਖ ਅਨੇਕ ॥੧॥ਰਹਾਉ॥
ਜਿਨ੍ ਸਿਉ ਧੜੇ ਕਰਹਿ ਸੇ ਜਾਹਿ ॥
ਝੂਠੁ ਧੜੇ ਕਰਿ ਪਛੋਤਾਹਿ ॥
ਥਿਰੁ ਨ ਰਹਹਿ ਮਨਿ ਖੋਟੁ ਕਮਾਹਿ ॥
ਹਮ ਹਰਿ ਸਿਉ ਧੜਾ ਕੀਆ ਜਿਸ ਕਾ ਕੋਈ ਸਮਰਥੁ ਨਾਹਿ ॥੨॥

(ਆਸਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 366)

ਉਹ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਦੇ ਹਨ:

ਏਹ ਸਭਿ ਧੜੇ ਮਾਇਆ ਮੋਹ ਪਸਾਰੀ ॥
ਮਾਇਆ ਕਉ ਲੂਝਹਿ ਗਾਵਾਰੀ ॥
ਜਨਮਿ ਮਰਹਿ ਜੂਐ ਬਾਜੀ ਹਾਰੀ ॥
ਹਮਰੈ ਹਰਿ ਧੜਾ ਜਿ ਹਲਤੁ ਪਲਤੁ ਸਭੁ ਸਵਾਰੀ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 366)*

• ਐਸਾ ਇਕ ਧੜਾ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਨਾਮ ਬਰਸਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦਾ ਪ੍ਰਵਾਹ ਚੱਲਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਦਾ ਨਵਾਂ ਰੂਪ 'ਖ਼ਾਲਸਾ' ਅਥਵਾ 'ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਕੀ ਫ਼ੌਜ' ਬਣਿਆ, ਜੋ ਹਰ ਮਜ਼ਲੂਮ ਦਾ ਸਾਥ ਦੇ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਜ਼ੁਲਮ ਤੋਂ ਬਚਾ ਸਕੇ ਤੇ ਜ਼ਾਲਮ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਕੁਕਰਮ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਸਕੇ।

ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਮੰਦਰਾਂ ਜੈਸੀਆਂ ਸ਼ੁੱਭ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਮਾਇਆਵੀ ਰੁਚੀ ਆਣ ਵੜਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਥੋਂ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰ ਫ਼ਿਜ਼ਾ ਨੂੰ ਅਪਵਿੱਤਰ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਐਸੀ ਦਸ਼ਾ ਬਾਰੇ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਮਾਇਆ ਡਰ ਡਰਪਤ ਹਾਰਿ ਗੁਰ-ਦੁਆਰੈ ਜਾਵੈ,
ਤਹਾ ਜਉ ਮਾਇਆ ਬਿਆਪੈ ਕਹਾ ਠਹਰਾਈਐ ॥੫੪੪॥ *(ਕਬਿੱਤ ਸਵੱਯੇ)*

ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਬਾਰੇ ਜੋ ਧਰਮ ਅਸਥਾਨਾਂ ਦੀ ਫ਼ਿਜ਼ਾ ਨੂੰ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਇਉਂ ਆਗਾਹ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਥਾਨਸਟ ਜਗ ਭਰਿਸਟ ਹੋਏ ਡੂਬਤਾ ਇਵ ਜਗੁ ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 662)*

ਘੋਰ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ

ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਇਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਾਨਸਿਕ ਦਸ਼ਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ: "ਅਸੀਂ ਸਹੀ ਹਾਂ, ਗ਼ਲਤ ਸਾਡੇ ਵਿਰੋਧੀ ਹਨ।" ਐਸੀ ਘਿਨਾਉਣੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਬੜੀ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਘਰ ਕਰ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਕਿਤੇ ਦੋ ਕੌਮਾਂ, ਦੋ ਧਰਮਾਂ, ਦੋ ਨਸਲਾਂ ਜਾਂ ਦੋ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾਵਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਲੰਮੇ ਅਰਸੇ ਤੋਂ ਐਸੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦੁਪਾਸੜੀ ਵਰਤਦੀ ਚਲੀ ਆਈ ਹੋਵੇ ਤੇ ਗਾਹੇ-ਬਗਾਹੇ ਆਪੋ ਵਿਚ ਦੁਸ਼ਮਣੀ ਜੈਸੀ ਹਾਲਤ ਵੀ ਵਰਤਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੋਵੇ।

ਦੋਹਾਂ ਧਿਰਾਂ ਦੀ ਆਪੋ-ਆਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਹੀ ਗਰਦਾਨਦੇ ਹਨ ਤੇ ਵਿਰੋਧੀ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਨਿੱਪਟ ਝੂਠ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਵਿਰੋਧੀ ਧੜੇ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਹਾਨੁਭੂਤੀ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਆਕੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਦੋਨਾਂ ਧਿਰਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੱਚ ਕੇਵਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਾਸ ਹੀ ਹੈ। ਉਹ ਦੂਜੀ ਧਿਰ ਨੂੰ ਜ਼ਾਲਮ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਜ਼ਲੂਮ ਮੰਨਦੇ ਹਨ। ਸੋ ਦੂਜੀ ਧਿਰ ਦਾ ਉਹ ਅਮਾਨਵੀਕਰਣ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਉਪਰ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਜਬਰ ਤੇ ਜ਼ੁਲਮ ਕਮਾਉਣ ਲਈ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਐਸੀ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ, ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਵਧੇਰੇ ਹਿੰਸਾਤਮਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿਚ ਜਿਤਨੀ ਕਰੜੀ ਜਮਾਤੀ ਹਿੰਸਾ ਲੋਕ ਲਗਾਤਾਰ ਇਕ ਦੂਜੇ ਉਪਰ ਵਰਤਾਉਂਦੇ ਆਏ

ਹਨ, ਉਤਨੀ ਤਾਂ ਮੁਜਰਮਾਂ ਤੇ ਗ਼ੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਦੀਵਾਨਿਆਂ ਨੇ ਰਲ ਕੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਵਰਤਾਈ ਹੋਣੀ। ਬਲਕਿ ਇਹ ਤਾਂ ਐਸੇ ਆਦਰਣੀਯ ਸ਼ਹਿਰੀਆਂ ਦੇ ਹੱਥੋਂ ਹੁੰਦੀ ਆਈ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਘੋਰ ਭਿਆਨਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਐਸੀ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਬੇਗਾਨਗੀ ਤੇ ਪਰਾਇਪਨ ਨੂੰ ਇਤਨਾ ਵਧਾਅ-ਚੜ੍ਹਾਅ ਕੇ ਮੰਨਦੀ ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਨਸਾਨ ਮੰਨਣ ਤੋਂ ਵੀ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਦੋਹਾਂ ਧਿਰਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਕਦੇ ਕੋਈ ਫ਼ਰਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਹਨਾਂ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਜ਼ੁਲਮਾਂ, ਬਦਮਤੀਜ਼ੀਆਂ ਤੇ ਬਦਫੈਲੀਆਂ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਸਹੀ ਤੇ ਆਪਣਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੀ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦੇ, ਸਗੋਂ ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਗਰੇਬਾਨ ਵਿਚ ਵੀ ਝਾਤੀ ਮਾਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਤੇ ਐਸੀ ਕਿਸੇ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਦੇ ਚੁੰਗਲ ਵਿਚ ਅਚੇਤ ਹੀ ਫਸੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋਏ।

ਹਉਮੈ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ ਹੈ

ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਵਿਚ 'ਹਉਮੈ' ਦਾ ਬੜਾ ਨਿਖੇਧਾਤਮਕ ਸਥਾਨ ਹੈ। ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਗ ਆਖਿਆ ਹੈ[1] - ਦੁਖ-ਰੋਗ[2], ਵੱਡਾ ਰੋਗ[3], ਕਠਿਨ ਰੋਗ[4], ਦੀਰਘ ਰੋਗ[5], ਮਹਾਂ ਦੀਰਘ ਰੋਗ[6]। ਇਸੇ ਨੂੰ ਜ਼ਹਿਰ ਅਥਵਾ ਬਿਖ ਕਿਹਾ ਹੈ[7], ਗੰਦਗੀ ਜਾਂ ਮਲ ਕਿਹਾ ਹੈ[8], ਹਨੇਰਾ ਜਾਂ ਗੁਬਾਰ ਆਖਿਆ ਹੈ[9]। ਇਸੇ ਨੂੰ ਵਿਕਾਰ[10] ਤੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਮੂਲ[11], ਜ਼ੋਰ-ਜ਼ੁਲਮ ਦੀ ਜੜ੍ਹ, ਮਹਾਂ ਦੁਖ ਦਾ ਕਾਰਨ[12], ਪੀੜਾ ਦਾ ਮੂਲ[13], ਅੰਦਰ ਦਾ ਕੰਡਾ[14] ਤੇ ਸਾਰੇ ਕਲੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਕਿਹਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਸਾਨੂੰ ਬਉਰਾਈ ਫਿਰਦੀ ਹੈ[15], ਇਸੇ ਮੂਰਖ ਹੋਡੀ ਕਾਰਨ[16] ਅਸਾਂ ਮੂਰਖਾਂ ਨੂੰ ਭਾਜੜ ਪਈ ਹੋਈ ਹੈ, ਧਾਤ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ[17], ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਦੂਈ ਵਿਚ ਖਪਾਈ ਫਿਰਦੀ ਹੈ[18] ਤੇ ਗਿਣਤੀਆਂ ਵਿਚ ਘੁਮਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ[19]। ਹਰ ਝਗੜੇ ਦਾ ਇਹੋ ਮੂਲ ਹੈ।[20] ਇਹੋ ਸਾਨੂੰ ਕਿਤੇ ਟਿਕਣ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੀ[21] ਤੇ ਭਉਜਲਾਂ ਵਿਚ ਪਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ[22]।

1. ਹਉਮੈ ਰੋਗਿ ਸਭੁ ਜਗਤੁ ਬਿਆਪਿਆ...॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 735)*
2. ਹਉਮੈ ਜਗਤੁ ਦੁਖਿ ਰੋਗਿ ਵਿਆਪਿਆ ਮਰਿ ਜਨਮੈ ਰੋਵੈ ਧਾਹੀ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 603)*
3. ਹਉਮੈ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਹੈ ਭਾਇ ਦੂਜੈ ਕਰਮ ਕਮਾਇ॥ *(ਵਡਹੰਸ ਕੀ ਵਾਰ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 589)*
4. ਹਉਮੈ ਰੋਗੁ ਕਠਿਨ ਤਨਿ ਪੀਰਾ॥ *(ਬਸੰਤੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1172)*
5. ਹਉਮੈ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ ਹੈ ਦਾਰੂ ਭੀ ਇਸੁ ਮਾਹਿ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 466)*
6. ਅਹੰਬੁਧਿ ਬਹੁ ਸਘਨ ਮਾਇਆ ਮਹਾ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 502)*
7. ਹਉਮੈ ਬਿਖੁ ਮਨੁ ਮੋਹਿਆ ਲਦਿਆ ਅਜਗਰ ਭਾਰੀ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1260)*
8. ਹਉਮੈ ਮੈਲਾ ਇਹੁ ਸੰਸਾਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 230)*
9. ਹਉਮੈ ਵਡਾ ਗੁਬਾਰੁ ਹੈ ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਬੁਝਿ ਨ ਸਕੈ ਕੋਇ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 560)*
10. ਹਉਮੈ ਵਿਚਹੁ ਤਜੈ ਵਿਕਾਰ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 665)*
11. ਹਉ ਰੋਗੁ ਬਿਆਪੈ ਚੁਕੈ ਨ ਭੰਗਾ॥ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਅਤਿ ਤ੍ਰਿਸਨ ਜਰੰਗਾ॥ *(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1305)*
12. ਹਉਮੈ ਰੋਗੁ ਮਹਾ ਦੁਖੁ ਲਾਗਾ ਗੁਰਮਤਿ ਲੇਵਹੁ ਰੋਗੁ ਗਇਆ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 906)*
13. ਹਉਮੈ ਪੀਰ ਗਈ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ਆਰੋਗਤ ਭਏ ਸਰੀਰਾ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 773)*
14. ਸਾਕਤ ਹਰਿ ਰਸ ਸਾਦੁ ਨ ਜਾਣਿਆ ਤਿਨ ਅੰਤਰਿ ਹਉਮੈ ਕੰਡਾ ਹੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 13)*
15. ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਸਭੁ ਜਗੁ ਬਉਰਾਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 159)*
16. ਅਹੰਮੇਵ ਸਿਉ ਮਸਲਤਿ ਛੋਡੀ॥ ਗੁਰਿ ਕਹਿਆ ਇਹੁ ਮੂਰਖੁ ਹੋਡੀ॥ *(ਬਿਭਾਸ ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1347)*
17. ਹਉਮੈ ਧਾਤੁ ਮੋਹ ਰਸਿ ਲਾਈ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1047)*
18. ਹਉਮੈ ਖਪੈ ਖਪਾਇਸੀ ਬੀਜਉ ਵਥੁ ਵਿਕਾਰੁ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 937)*
19. ਹਉਮੈ ਗਣਤ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਨਿਵਾਰੇ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1065)*
20. ਹਉਮੈ ਝਗੜਾ ਪਾਇਓਨੁ ਝਗੜੈ ਜਗੁ ਮੁਇਆ॥ *(ਸੂਹੀ ਵਾਰ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 790)*
21. ਹਉਮੈ ਆਵੈ ਜਾਈ॥ ਮਨੁ ਟਿਕਣੁ ਨ ਪਾਵੈ ਰਾਈ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1003-04)*
22. ਹਉਮੈ ਕਰਤਾ ਭਵਜਲਿ ਪਰਿਆ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1030)*

ਇਹੋ ਹੋਂਦ ਦਾ ਮੂਲ ਬੰਧਨ ਹੈ[23], ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਜੀਅ ਬੱਝੇ ਪਏ ਹਨ[24] ਤੇ ਜਿਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ[25]। ਇਸ ਬੰਧਨ ਵਿਚ ਬੱਝੇ ਉਪਜਦੇ-ਬਿਨਸਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਸ ਦੀ ਫਾਹੀ ਗਲ ਲਟਕਾਈ ਭਟਕਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ।[26]

ਹਉਮੈ, ਮਨੁੱਖ ਜਾਤੀ ਦਾ ਉਚੇਚਾ ਰੋਗ ਹੈ, ਦੂਜੀਆਂ ਜੂਨਾਂ ਜਿਸ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਜਾਪਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਨੁੱਖ ਅੰਦਰ ਇਹ ਰੋਗ ਵਿਆਪਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਾਪਰਿਆ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ:

ਹਉਮੈ ਰੋਗੁ ਮਾਨੁਖ ਕਉ ਦੀਨਾ॥
ਕਾਮ ਰੋਗਿ ਮੈਗਲੁ ਬਸਿ ਲੀਨਾ॥
ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਰੋਗਿ ਪਚਿ ਮੁਏ ਪਤੰਗਾ॥
ਨਾਦ ਰੋਗਿ ਖਪਿ ਗਏ ਕੁਰੰਗਾ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1140)*

ਇਹ ਮਹਾਂ ਭਿਆਨਕ ਰੋਗ ਸਭਨਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੀ ਭਾਵੀ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੰਦਾ ਤਨ ਮਨ ਕਰਕੇ ਸੜਦਾ ਹੈ[27] ਤੇ ਜੰਮਦੇ-ਮਰਦੇ ਵਿਲਲਾਉਂਦਾ ਹੈ[28]।

ਹਉਮੈ ਦੇ ਨਾਲ ਮਮਤਾ ਵੀ ਜਾਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਮਨ ਨੂੰ ਮੋਹ ਲਿਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ ਵੀ ਉੱਠ ਖਲੋਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਝਗੜੇ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਹਉਮੈ ਮਮਤਾ ਮੋਹਣੀ ਸਭ ਮੁਠੀ ਅਹੰਕਾਰਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 19)*

ਮਨੁੱਖ ਭਾਵੇਂ ਕਿਤਨਾ ਸਿਆਣਾ ਹੋ ਜਾਏ, ਲਿਖ-ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਬੜਾ ਵਿਦਵਾਨ ਵੀ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਵੀ ਜੇ ਉਸ ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ ਨੇ ਘਰ ਪਾ ਲਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਸੁਣਿ ਸੁਣਿ ਗੰਢਣੁ ਗੰਢੀਐ ਲਿਖਿ ਪੜਿ ਬੁਝਹਿ ਭਾਰੁ॥
ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਅਹਿਨਿਸਿ ਅਗਲੀ ਹਉਮੈ ਰੋਗੁ ਵਿਕਾਰੁ॥
(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 20)

ਰੋਗਜਨਕ ਹਉਮੈ

ਹਉਮੈ ਆਪ ਤਾਂ ਰੋਗ ਹੈ ਹੀ, ਅੱਗੋਂ ਇਹ ਹੋਰ ਰੋਗਾਂ, ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਜਨਮ-ਦਾਤੀ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਐਸੇ ਰੋਗ ਕਈ ਇਲਾਮਤਾਂ ਤੋਂ ਪਛਾਣੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਇਲਾਮਤ ਆਪਣੀ ਵਡਿਆਈ ਕਰਨ ਦੀ ਅਥਵਾ ਆਪਣੀਆਂ ਡੀਂਗਾਂ ਮਾਰਨ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਈ ਵਾਰ ਗੱਪ ਦੇ ਦਰਜੇ ਤਕ ਵੀ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਅੰਦਰ ਆਪਣੀ ਹੀਣਤਾ ਦੇ ਅਹਿਸਾਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਖ਼ਾਸ ਕਰ

---

23. ਹਉ ਹਉ ਕਰਤ ਬੰਧਨ ਮਹਿ ਪਰਿਆ ਨਹ ਮਿਲੀਐ ਇਹ ਜੁਗਤਾ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 642)*
24. ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਜੀਉ ਬੰਧੁ ਹੈ ਨਾਮੁ ਨ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ॥ *(ਵਡਹੰਸ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 560)*
25. ਹਉਮੈ ਏਈ ਬੰਧਨਾ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਜੋਨੀ ਪਾਹਿ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 466)*
26. ਹਉਮੈ ਮਾਇਆ ਕੇ ਗਲਿ ਫੰਧੇ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1041)*
27. ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਸਦ ਜਲੈ ਸਰੀਰਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1068)*
28. ਹਉਮੈ ਰੋਗਿ ਜਾ ਕਾ ਮਨੁ ਬਿਆਪਿਤ ਓਹੁ ਜਨਮਿ ਮਰੈ ਬਿਲਲਾਤੀ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 610)*

ਆਪਣੀਆਂ ਡੀਂਗਾਂ ਮਾਰਨ ਵੱਲ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਰੁਚਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਡੀਂਗਾਂ ਮਾਰ ਕੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਹੀਣਤਾ ਨੂੰ ਲੋਕ-ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਤੋਂ ਪਰੇ ਰੱਖਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਐਸੇ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਬੜਾ ਪ੍ਰਤਿਭਾਵਾਨ ਬਿੰਬ ਉਸਾਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਬੇਵਕੂਫ਼ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਐਸੇ ਯਤਨ ਬਹੁਤੀ ਦੇਰ ਕਾਰਾਮਦ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਕਈ ਲੋਕ ਬੜੀ ਨਿੱਕੀ ਜਿਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਬੜਾ ਗੁਮਾਨ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ:

ਕਿਆ ਥੋੜੜੀ ਬਾਤ ਗੁਮਾਨੁ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 50)*

ਕੁਝ ਐਸੇ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦਾ ਕੋਈ ਗੁਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਪਰ ਉਹ ਫਿਰ ਵੀ ਗੁਮਾਨ ਕਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਉਸ ਨੂੰ ਅਸਲਿ ਖਰ (ਅਸਲ ਖੋਤੇ) ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ:

ਇਕਨਾ ਨਾਦੁ ਨ ਬੇਦੁ ਨ ਗੀਅ ਰਸੁ ਰਸੁ ਕਸੁ ਨ ਜਾਣੰਤਿ ॥
ਇਕਨਾ ਸਿਧਿ ਨ ਬੁਧਿ ਨ ਅਕਲਿ ਸਰ ਅਖਰ ਕਾ ਭੇਉ ਨ ਲਹੰਤਿ ॥
ਨਾਨਕ ਤੇ ਨਰ ਅਸਲਿ ਖਰ ਜਿ ਬਿਨੁ ਗੁਣ ਗਰਬੁ ਕਰੰਤ ॥
(ਸਲੋਕ ਵਾਰਾਂ ਤੇ ਵਧੀਕ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1411)

ਐਸੀ ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਿਆਂ ਐਸੀ ਗੱਪ ਮਾਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੀ ਬੁੱਧੀ 'ਤੇ ਹੀ ਸ਼ੱਕ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਇਕ ਬੰਦੇ ਦਾ ਹੱਥ ਟੋਕੇ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਕੱਟਿਆ ਗਿਆ। ਲੋਕ ਹਾਲ ਪੁੱਛਣ ਆਏ। ਇਕ ਬੰਦੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਤੇਰਾ ਹੱਥ ਕਟੀਣ ਦਾ ਬੜਾ ਅਫ਼ਸੋਸ ਹੈ, ਪਰ ਸ਼ੁਕਰ ਹੈ ਕਿ ਖੱਬਾ ਹੀ ਟੋਕੇ ਵਿਚ ਆਇਆ ਤੇ ਸੱਜਾ ਬਚ ਗਿਆ। ਤਾਂ ਉਹ ਸੱਜਣ ਅੱਗੋਂ ਬੋਲ ਉਠਿਆ, "ਆ ਤਾਂ ਸੱਜਾ ਹੀ ਚੱਲਿਆ ਸੀ, ਮੈਂ ਝੱਟ ਸੱਜਾ ਕੱਢ ਕੇ ਖੱਬਾ ਵਿਚ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।"

ਐਸੀ ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਦਰਸਾਉਣ ਹਿੱਤ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਸਤਾਂ, ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਤੇ ਪ੍ਰਾਣੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਵੱਡੀ ਗੱਪ ਮਾਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਕ ਹੋਰ ਇਲਾਮਤ ਈਰਖਾ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸੇ ਵਰਗੀ ਇਕ ਮਿਲਦੀ-ਜੁਲਦੀ ਹੋਰ ਅਹਿਰਖ ਦੀ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਹਿਰਖੀ ਹਉਮੈ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ ਕਰਨੋਂ ਝਕਦੀ ਹੈ, ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਉਸ ਦੀ ਜਿਸ ਪਾਸ ਉਸ ਤੋਂ ਬਹੁਤੀ ਮਾਇਆ ਜਾਂ ਵੱਡਾ ਰੁਤਬਾ ਜਾਂ ਵਡੇਰੀ ਲੋਕ-ਪ੍ਰਿਯਤਾ ਹੋਵੇ। ਹਰ ਅਹਿਰਖ ਓਹਲੇ ਇੱਛਾਵਾਨ ਹਉਮੈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੇ ਉਹ ਇੱਛਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਪੁੱਗ ਜਾਵੇ ਤੇ ਅਹਿਰਖੀ ਦੀ ਨਾ ਪੁੱਗੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਸੱਤੀਂ ਕੱਪੜੀਂ ਅੱਗ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤਾਂ ਉਹ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ, ਇਸ ਲਈ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ਰਾਬ ਕਰ ਕੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ ਹੋਰਾਂ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਨੂੰ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ। ਉਹ ਅਹਿਰਖ ਦੇ ਮਾਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਹਿਰਖਾਲੂ ਹਉਮੈ ਹਰ ਐਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਹਿਰਖ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਪਾਸ ਉਹ ਕੁਝ ਹੈ ਜੋ ਅਹਿਰਖਾਲੂ ਪਾਸ ਨਹੀਂ ਜਾਂ ਜਿਸ ਦੀ ਉਸ ਨੂੰ ਅਭਿਲਾਖਾ ਹੈ।

ਈਰਖਾ ਵਿਚ ਅਹਿਰਖ ਨਾਲੋਂ ਡੂੰਘੇਰੀ ਮੰਦਭਾਵਨਾ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਹਿਰਖ ਵਿਚ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਦੋ ਵਿਅਕਤੀ ਹੀ ਆਪਸ ਵਿਚ ਰੁੱਝੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਇਕ ਅਹਿਰਖੀ ਤੇ ਦੂਜਾ ਉਸ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ), ਪਰ ਈਰਖਾ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਜਣੇ ਫਸੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਈਰਖਾਲੂ ਹਉਮੈ ਹਰ ਉਸ ਬੰਦੇ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਈਰਖਾਲੂ ਹਉਮੈ ਆਪ ਪਸੰਦ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਹਿਬੂਬ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੁੰਦਾ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ। ਉਹ ਕੇਵਲ ਉਸ ਬੰਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਨਾਰਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਮਹਿਬੂਬ ਨਾਲ ਵੀ ਗੁੱਸੇ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਈਰਖਾਲੂ ਹਉਮੈ ਹਕੀਕਤ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਆਪਣੀ ਸ਼ੱਕੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਵੇਖਦੀ ਹੈ ਤੇ ਨਿੱਕੀਆਂ-ਨਿੱਕੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਪਕੜ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਉਪਰ ਨਾਰਾਜ਼ਗੀ ਦਾ ਪਹਾੜ ਖੜਾ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।

ਇਕ ਹੋਰ ਇਲਾਮਤ ਸ਼ੱਕੀ ਸੁਭਾ ਦੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਐਸੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰਾਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਾਸੋਂ ਭੈਅ ਵੀ ਖਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕੁਝ ਲੋਕ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਿੱਠ ਪਿੱਛੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬਰਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਕੋਈ ਸਾਜ਼ਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਸੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਘਿਰਣਾ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਡਰਦੇ ਵੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜਦ ਸ਼ੱਕ ਤੀਬਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਸੋਚਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਤਾਂ ਬੜੇ ਵੱਡੇ ਆਦਮੀ ਹਨ, ਪਰ ਲੋਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਸੜਦੇ ਹਨ। ਤਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਢਾਹੁਣ ਦੀਆਂ ਸਾਜ਼ਸ਼ਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸ੍ਵੈ-ਬਿੰਬ ਇਥੋਂ ਤਕ ਉੱਚਾ ਅਪੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਹਾਰਾਜਾ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਅੱਗੇ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਮਹਾਰਾਜ-ਅਧਿਰਾਜ ਮੰਨਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਜ਼ਸ਼ੀਆਂ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਖ਼ਤ ਤੋਂ ਵਾਂਝਿਆਂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸੋਚਣੀ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਨਰਕ ਉਪਜਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਦੀ ਅੱਗ ਵਿਚ ਉਹ ਆਪ ਹੀ ਸੜਦੇ-ਸੁਲਗਦੇ ਹਨ।

ਐਸੇ ਸ਼ੱਕ ਜਦ ਹੋਰ ਵੀ ਤਕੜੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਹਿੰਸਾਤਮਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤਦ ਉਹ ਲਫ਼ਜ਼ੀ ਝਗੜਿਆਂ ਤੋਂ ਅਗਾਂਹ ਲੰਘ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮਾਮਲਾ ਮਾਰ-ਕੁਟਾਈ ਤਕ ਵੀ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫੱਟੜ ਹਉਮੈ ਤਾਂ ਬੜੇ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਹਿੰਸਾ ਤਕ ਅਪੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵੱਖਰੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਫੱਟ ਆਪਣਾ ਹੀ ਚਿਤਵਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬੜੀ ਵਾਰ ਕੋਈ ਰੋਗਾਤਮਕ ਹਉਮੈ ਨਾ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੋਂ ਹਰ ਸੂਰਤ ਵਧੀਆ ਹੀ ਮੰਨਦੀ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਦਲੀਲਬਾਜ਼ੀ 'ਤੇ ਵੀ ਉਤਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਅਸਹਿਮਤੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੁਸ਼ਮਣ ਮੰਨ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭੰਡਦੀ, ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਕ੍ਰੋਧਵਾਨ ਹੁੰਦੀ, ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਂਦੀ ਜਾਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਦੀ ਹਿੰਸਾ 'ਤੇ ਵੀ ਉਤਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਰੋਗਾਤਮਕ ਹਉਮੈ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦੀਆਂ ਇਲਾਮਤਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ।

ਕੰਮ-ਵਿਗਾੜੂ ਹਉਮੈ

ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਨਿਪੁੰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਪਰੇ ਰੱਖ ਕੇ

ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਾਰਾ ਧਿਆਨ ਕੰਮ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਨਹੀਂ। ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸੋਚਦੇ ਕਿ ਕੰਮ ਕੈਸਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਲੋਕ ਪਸੰਦ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਨਹੀਂ, ਸਫਲਤਾ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਨਹੀਂ ? ਕੁਝ ਲੋਕ ਜਦ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਚੱਲਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਆਪਣੇ ਵਿਚ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸੋ ਕੰਮ ਵਿਚ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਘੜੰਮ ਪਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਕੰਮ ਵਿਗੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਨਾਲ ਵਾਸਤਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਤੇ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਕੰਮ ਵਿਚ ਹਾਜ਼ਰ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਖ਼ੂਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਕੰਮ ਹੀ ਐਸੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਬੜਾ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਰੱਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਡਾਕਟਰਾਂ, ਨਰਸਾਂ, ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ, ਸਮਾਜ ਸੇਵਕਾਂ, ਕਲਾਕਾਰਾਂ, ਕਵੀਆਂ, ਲੇਖਕਾਂ ਆਦਿ ਦਾ ਧਿਆਨ ਵਧੇਰੇ ਹਾਜ਼ਰੀ ਮੰਗਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਦੀ ਫ਼ੁਰਸਤ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਸੋ ਉਹ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਛਿੱਕੇ 'ਤੇ ਟੰਗ ਕੇ ਸਾਰਾ ਧਿਆਨ ਕੰਮ ਵਿਚ ਲਾ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਤਦੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਯਕੀਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਭਗਤ ਲੋਕ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਵੀ ਧਿਆਨ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਿਚ ਲਾਈ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਸੋ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਕੋਈ ਮੌਕਾ ਕੰਮ ਵਿਗਾੜਨ ਦਾ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੇ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ :

ਨਾਮਾ ਕਹੈ ਤਿਲੋਚਨਾ ਮੁਖ ਤੇ ਰਾਮੁ ਸੰਮ੍ਹਾਲਿ॥
ਹਾਥ ਪਾਉ ਕਰਿ ਕਾਮੁ ਸਭੁ ਚੀਤੁ ਨਿਰੰਜਨ ਨਾਲਿ॥

(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨੇ 1375-76)

ਹਉਂ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮਿਲਵਰਤਣ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਮਤੇ ਦੂਜੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਾਮਯਾਬ ਨਾ ਹੋ ਜਾਣ। ਜਦ ਇਹ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਮਦਦ ਲੈਣ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ। ਇਉਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਆਪ ਹਾਇਲ ਕਰ ਬੈਠਦੇ ਹਨ।

ਬੀਮਾਰੀ ਵਿਚ ਹਉਮੈ

ਜਦ ਕੋਈ ਬੰਦਾ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਪ੍ਰਤਿਕਰਮ ਹਉਮੈ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੁਨਿਆਦੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਪ੍ਰਤਿਕਰਮ ਦੋ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਹੋਰ ਤਕੜੀ ਤੇ ਕਰੜੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਜਾਂ ਢਹਿ ਢੇਰੀ ਹੋ ਕੇ ਬਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਾ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ ਤਰਸ ਖਾਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਹਰ ਆਏ ਗਏ ਅੱਗੇ ਐਲਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਤਕੜੇਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਕੁਝ ਐਸੇ ਲੋਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ ਉਂਜ ਬੜੀ ਤੇਜ਼-ਤੱਰਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਉਹ ਬੀਮਾਰ ਪੈ ਜਾਣ ਤਾਂ ਮੂਧੜ-ਮੂੰਹ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬੜੀ ਤਰਸਵਾਨ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਬੜੇ ਨਮਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ

ਹਨ, ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਬੋਲਦੇ ਹਨ, ਗੱਲਾਂ ਵੀ ਸਿਆਣੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜਿਉਂ ਹੀ ਰਾਜ਼ੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ ਮੁੜ ਆਪਣਾ ਪਹਿਲੇ ਵਾਲਾ ਅਖਾੜਾ ਮੱਲ ਲੈਂਦੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਲੋਕ ਬੀਮਾਰ ਭਾਵੇਂ ਨਾ ਹੋਣ, ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਬਹਾਨਾ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਦੇ ਕੁਝ ਫ਼ਾਇਦੇ ਤਾਂ ਹੁੰਦੇ ਹੀ ਹਨ। ਘਰ ਦੇ ਲੋਕ ਧਿਆਨ ਦੇਂਦੇ ਹਨ, ਇਲਾਜ ਲਈ ਖ਼ਰਚਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਗੁਆਂਢੀ ਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇ-ਨਾਤੇ ਆ ਕੇ ਹਾਲ ਪੁੱਛਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਭ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੁੰਦਿਆਂ ਐਸੀ ਪੁੱਛ-ਗਿੱਛ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਬੀਮਾਰ ਬਣੇ ਰਹਿਣਾ ਬੜਾ ਗਵਾਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕੁਝ ਐਸੇ ਲੋਕ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਬੀਮਾਰੀ ਲੱਭਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਰੋਗ-ਚਿੰਤਨ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਨਿੱਕੀ ਜਿਹੀ ਕੋਈ ਇਲਾਮਤ ਹੋਵੇ ਸਹੀ, ਤਾਂ ਸੋਚਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੋਈ ਵੱਡੀ ਜ਼ਹਿਮਤ ਆਣ ਚੰਬੜੀ ਹੈ। ਸਿਰ ਦਰਦ ਹੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸੋਚਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਿਰ ਅੰਦਰ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਐਸੇ ਰੋਗ-ਚਿੰਤਕਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ ਦੁਖਿਤ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਮਰਨਾ ਤਕ ਵੀ ਸੋਚਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਆਪ ਮਰਨ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਸੋ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੋਈ ਵੱਡੀ ਬੀਮਾਰੀ ਆ ਜਾਵੇ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਜਾਵੇ।

ਇਉਂ ਹਉਮੈ ਬੀਮਾਰੀ ਵੱਲ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਤਿਕਰਮ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਕ ਗੱਲ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ ਕਰੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਹੋਰਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਰਾਜ਼ੀ ਕੁਝ ਦੇਰ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਰੋਗਾਤਮਕ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ

ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਜਮਾਤੀ ਹਿੰਸਾ ਦੀਆਂ ਬੜੀਆਂ ਮਿਸਾਲਾਂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਪੱਛਮੀ ਏਸ਼ੀਆ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਦੀ ਜਮਾਤੀ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਬੜਾ ਲੰਮਾ ਹੈ। ਸੂਲੀ ਦੇ ਜੰਗ ਤੇ ਜਹਾਦ ਦਾ ਟਕਰਾਉ ਮੱਧ ਜੁਗਾਂ ਤੋਂ ਬਾਦ ਹੁਣ ਫੇਰ ਫੁੱਟ ਪਿਆ ਹੈ। ਫ਼ਰਕ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਹੁਣ ਸੂਲੀ ਦੀ ਜੰਗ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਅਮਰੀਕਾ ਲੜ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਸੀ ਕਿ ਅਜਿਹੀ ਹਿੰਸਾ ਪੁਰਾਣੇ ਦੇਸਾਂ ਵਿਚ ਵਧੇਰੇ ਸੀ ਤੇ ਮਿਸਾਲ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਤੇ ਫ਼ਲਸਤੀਨ ਦੀ ਦੇਂਦੇ ਸਨ। ਨਾਲੇ ਕੱਚ-ਉਮਰੇ ਦੇਸਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਤੇ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੀ ਦੇਂਦੇ ਕਿ ਉਥੇ ਹਿੰਸਾ ਘੱਟ ਹੈ। ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਦੇਸਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਹਿੰਸਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਦੇਸ ਦੀ ਵੰਡ ਮਗਰੋਂ ਭਾਰਤ ਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਵਿਚਾਲੇ ਤਾਂ ਹਿੰਸਾ ਇਕਦਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈ ਸੀ, ਜੋ ਅੱਧੀ ਸਦੀ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੀਤ ਜਾਣ 'ਤੇ ਵੀ ਘਟੀ ਨਹੀਂ, ਵਧੀ ਹੀ ਹੈ।

ਹਿੰਸਾਤਮਕ ਪੀੜਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੇਸਾਂ ਵਿਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਾਧਨ ਜੁਟਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਯੌਰਪੀ ਦੇਸਾਂ ਤੇ ਜਾਪਾਨ ਵਿਚ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਆਮ ਵਰਤੋਂ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਦੇਸਾਂ, ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਯੋਗਾ ਸਿੱਖਣ ਤੇ ਅਭਿਆਸ

ਕਰਨ ਦਾ ਬੜਾ ਰਿਵਾਜ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਚੀਨ ਵਿਚ 'ਤਾਏ ਚੀ' ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਬੜਾ ਆਮ ਹੋ ਗਿਆ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਫ਼ਰੀਕਾ ਦੇ ਕਈ ਦੇਸਾਂ ਵਿਚ ਕਬਾਇਲੀ ਖ਼ਾਨਾਜੰਗੀ ਰੋਗਾਤਮਕ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਬੜਾ ਘਿਨਾਉਣਾ ਤੇ ਦਰਦਨਾਕ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਮਿਸਰ ਤੇ ਸੀਰੀਆ ਵਿਚ ਬੜੀਆਂ ਘਿਨਾਉਣੀਆਂ ਖ਼ਾਨਾਜੰਗੀਆਂ ਵੇਖਣ ਵਿਚ ਆਈਆਂ ਹਨ।

ਆਜ਼ਾਦ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਸੰਪ੍ਰਦਾਇਕ ਦੰਗਿਆਂ ਦਾ ਬੜਾ ਦਰਦਨਾਕ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ। ਹਿੰਦੂ ਬਹੁ-ਗਿਣਤੀ ਵੱਲੋਂ ਘੱਟ-ਗਿਣਤੀਆਂ – ਸਿੱਖਾਂ, ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਤੇ ਈਸਾਈਆਂ – ਨਾਲ ਹਿੰਸਾਤਮਕ ਬਦਸਲੂਕੀ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਰੋਗਾਤਮਕ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਹੈ। ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਖਿਮਾ ਯਾਚਨਾ ਐਸੀਆਂ ਬਦਸਲੂਕੀਆਂ ਦੇ ਦਰਦ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਬਹੁ-ਗਿਣਤੀਆਂ ਦੀ ਕਰੜੀ ਹਉਮੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਿਮਾ ਯਾਚਨਾ ਤੋਂ ਵੀ ਵਰਜ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਹਿੰਸਾ ਤੇ ਬਦਸਲੂਕੀ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹਿੰਸਕਾਂ ਨੂੰ ਖਿਮਾ ਕਰ ਦੇਣ। ਪਰ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਬਦਲੇ ਲਈ ਛੇਤੀ ਤੱਤਪਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਖਿਮਾ ਕਰਨਾ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਕਬੂਲ ਕਰਨ ਨੂੰ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਮੰਨਦੀ ਹੈ।

ਜਮਾਤੀ ਹਉਮੈ ਇਲਜ਼ਾਮ ਸਦਾ ਦੂਜਿਆਂ 'ਤੇ ਹੀ ਲਗਾਂਦੀ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਰੀ ਹੀ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਉਂ ਨਾ ਕਰੇ, ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਨਹੀਂ ਅਖਵਾ ਸਕਦੀ।

ਹਉਮੈ ਤੇ ਵਿਕਾਰ

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਥਾਂ ਪਰ ਥਾਂ ਪੰਜ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਆਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਹਨ – ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ। ਗਹੁ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰਿਆਂ ਪਤਾ ਚੱਲੇਗਾ ਕਿ ਹਉਮੈ ਇਹਨਾਂ ਪੰਜਾਂ ਦੀ ਹੀ ਜਨਮ-ਦਾਤੀ ਹੈ।

ਵੇਖਿਆ ਜਾਏ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਅਸਲ ਸੁਭਾ ਵਿਕਾਰ ਰਹਿਤ ਹੈ। ਵਿਕਾਰ ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਅਪਕ੍ਰਿਆ ਹਨ। ਇਸ ਅਪਕ੍ਰਿਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਹੀ ਹੈ। ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਇਹਨਾਂ ਪੰਜਾਂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੂਪ ਦੇਂਦੀ ਹੈ, ਹਉਮੈ ਦੀ ਇਸ ਅਪਕ੍ਰਿਆਵੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਮੋਹ

ਹਉਮੈ ਜਦ ਆਪਣਾ ਵਿਸਤਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਜਾ ਜੁੜਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਸਤ ਨਾਲ ਜਾ ਜੁੜਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ 'ਮੇਰੀ' ਆਖਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। 'ਮੈਂ' ਦਾ 'ਮੇਰੀ' ਨਾਲ ਜੋ ਸੰਬੰਧ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ 'ਮੋਹ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 'ਮੇਰ- ਪੁਣਾ' ਹੀ ਮੋਹ ਦਾ ਸ੍ਰੋਤ ਹੈ। ਇਹ ਮੇਰਾ ਘਰ ਹੈ, ਇਹ ਮੇਰਾ ਪੁੱਤਰ ਹੈ, ਇਹ ਮੇਰਾ ਪਿੰਡ ਹੈ, ਇਹ ਮੇਰਾ ਦੇਸ ਹੈ – ਐਸੀਆਂ ਸਭ ਮਨੌਤਾਂ ਓਹਲੇ ਮੋਹ ਵਰਤਦਾ ਹੈ।

ਦਰਅਸਲ 'ਮੋਹ' ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਦੋ ਅਰਥ ਹਨ – ਇਕ ਹੈ ਸੰਸਾਰਕ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਅੰਨ੍ਹਾ ਪ੍ਰੇਮ ਤੇ ਦੂਜਾ ਹੈ ਅਗਿਆਨ। ਅੰਨ੍ਹਾ ਪ੍ਰੇਮ ਵੀ ਤਾਂ ਅਗਿਆਨ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਅਰਥ ਇਕੱਠੇ, ਇਕਮਿਕ ਹੋਏ ਤੁਰਦੇ ਜਾਪਦੇ ਹਨ।

ਸੋਚੀਏ ਤਾਂ ਵਾਸਤਵ ਵਿਚ 'ਮੇਰਾ' ਹੈ ਕੀ ? ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਛਿਨ-ਭੰਗੁਰ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਨੂੰ ਮਾਲਕੀ ਸਮਝ ਬਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਨਿਰਾ ਭਰਮ, ਨਿਰਾ ਭੁਲੇਖਾ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਹੋਰ ਕੀ ਹੈ ? ਇਸੇ ਭਰਮ ਦੇ ਬੱਝੇ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਸਭ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਚੰਬੜੀ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਉਪਰ ਅਸਾਂ ਆਪਣੀ 'ਮਾਲਕੀ' ਮੰਨ ਲਈ ਹੈ। ਮਾਲਕੀ ਤਾਂ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਸਤ ਨਾਲ ਵੀ ਸਾਡਾ ਕੋਈ ਹਾਂ-ਮੁਖੀ ਜਾਂ ਨਾਂਹ-ਮੁਖੀ ਸੰਬੰਧ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਹ 'ਮੇਰੀ' ਦੀ ਹੱਦ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹਾਂ-ਮੁਖੀ ਸੰਬੰਧ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਰਾਗ' ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਨਾਂਹ-ਮੁਖੀ ਸੰਬੰਧ ਨੂੰ 'ਦੋਖ'[1]। ਰਾਗ ਵਿਚ ਆਕਰਸ਼ਣ ਜਾਂ ਖਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਦੋਖ ਵਿਚ ਉਦਕਰਸ਼ਣ ਜਾਂ ਘਿਣ। ਦੋਨੋਂ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਭਾਵ ਬੰਧਨ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਰਾਗ ਦੇ ਭਰਮਾਏ ਅਸੀਂ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਆਹਰ

1. ਸਭ ਕੈ ਮਧਿ ਸਭ ਹੂ ਤੇ ਬਾਹਰਿ ਰਾਗ ਦੋਖ ਤੇ ਨਿਆਰੋ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 785)*

ਵਿਚ ਜੁੱਟਦੇ ਹਾਂ। ਦੋਖ ਦੇ ਭੜਕਾਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਾਸ ਕਰਨ 'ਤੇ ਤੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਰਾਗ ਤੋਂ ਇੱਛਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਦੋਖ ਤੋਂ ਹਿੰਸਾ।

ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਦੋਖਾਤਮਕ ਮੋਹ ਹੀ ਦੁਖ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਸੋਚੀਏ ਤਾਂ ਰਾਗਾਤਮਕ ਮੋਹ ਵੀ ਦੁਖ ਹੀ ਉਪਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਛਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇੱਛਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਦੁਖ ਹੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਦੁਖ ਓਨਾ ਚਿਰ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਇੱਛਾ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ। ਚੰਗੀਆਂ, ਆਦਰਸ਼ਕ ਵਸਤਾਂ ਨਾਲ ਇੱਛਾ ਸੰਜੋਗ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੰਜੋਗ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੀ ਵਿਜੋਗ ਦਾ ਤੌਖ਼ਲਾ ਆਣ ਚੰਬੜਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜੇ ਸੱਚਮੁੱਚ ਵਿਜੋਗ ਵਾਪਰ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸੋਗ ਆਣ ਘੇਰਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਰਾਗ ਤੇ ਕੀ ਦੋਖ, ਕੀ ਇੱਛਾ ਤੇ ਕੀ ਹਿੰਸਾ, ਕੀ ਸੰਜੋਗ ਤੇ ਕੀ ਵਿਜੋਗ, ਇਹ ਸਭ ਹਉਮੈ ਦੇ ਉਪਜਾਏ ਭਾਵ ਹਨ। ਮੋਹ ਸਾਨੂੰ ਅਸਾਰ ਸੰਸਾਰ ਨਾਲ ਮਗਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੋਹ-ਮਗਨਤਾ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਵੱਲੋਂ ਬੇਮੁਖ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਐਸੀ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟ ਮੋਹ-ਮਗਨਤਾ ਨੇ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਗ੍ਰਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ[2]। ਮੋਹ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੇ ਸਾਧਨ, ਤਿਆਗ ਤੇ ਵੈਰਾਗ ਹਨ, ਪਰ ਹਉਮੈ ਜਾਏ ਮੋਹ ਦੀ ਐਸੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਵੱਲ ਪਿੱਠ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਅਹੰਕਾਰ

ਜਿਵੇਂ ਉਪਰ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਹਾਂ, ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ 'ਅਹੰਕਾਰ' ਪਦ ਦੇ ਅਰਥ ਸਾਂਖ ਤੇ ਵੇਦਾਂਤ ਸ਼ਾਸਤਰਾਂ ਵਿਚ ਆਏ ਇਸ ਪਦ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਕੋਲੋਂ ਅੱਡਰੇ ਹਨ। ਦੋਨਾਂ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਵਿਚ ਆਏ 'ਅਹੰਕਾਰ' ਪਦ ਦੇ ਅਰਥ ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਪਦ 'ਹਉਮੈ' ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਵਰਤੇ ਗਏ 'ਅਹੰਕਾਰ' ਪਦ ਦਾ ਅਰਥ ਗਰਬ ਜਾਂ ਆਪੇ ਦਾ ਮਦ ਹੈ।

ਅਹੰਕਾਰ, ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਹਉਮੈ ਦੀ ਹੋਛੀ ਦਾਅਵੇਦਾਰੀ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਉਪਰ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਹੋਈ ਨਿੱਜ-ਰੂਪ ਨਾਲ ਮੋਹੀ ਹਉਮੈ ਆਪਣੀ ਵਡਿਆਈ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਖਿਦਣ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੀ। ਇਸ ਦਾ ਕੁਟਲ ਇਰਾਦਾ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰਲੇ ਹਰ ਕੰਮ ਨੂੰ ਚੁਣੌਤੀ ਦੇਂਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਨਿੱਜ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਦੀ ਹੈਂਕੜ ਇਸ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਤੀਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਆਤਮ-ਸਮਰੱਥਾ ਦੀ ਦਾਅਵੇਬਾਜ਼ੀ ਇਸ ਦਾ ਵਿਹਾਰ ਤੇ ਆਪਣੀ ਵਡਿਆਈ ਦੀ ਘੋਸ਼ਣਾ ਇਸ ਦਾ ਕੁਚਲਣ। ਇਸ ਦਾ ਸੁਭਾ ਅੱਖੜ ਢੀਠਤਾਈ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਰੱਬ ਅੱਗੇ ਵੀ ਨਿਉਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ – ਹਰਨਾਕਸ਼ ਦੇ ਵਾਂਗ! ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਬ ਦੀ ਬਜਾਇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਉਪਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਅਹੰਕਾਰ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਦੁਖਾਂਤ ਹੈ – ਰੱਬ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਵਿਗੜਨ ਦਾ, ਮਨੁੱਖਤਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਵਿਗੜਨ ਦਾ, ਆਪਣੀ ਆਤਮਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਵਿਗੜਨ ਦਾ।

ਅਹੰਕਾਰ ਦੀ ਇਕ ਵੰਨਗੀ ਅਭਿਮਾਨ ਹੈ, ਜੋ ਆਪਣੀ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਜਾਂ

2. ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਸਗਲ ਜਗੁ ਛਾਇਆ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1342)*

ਗੁਣ ਉੱਤੇ ਆਪ ਹੀ ਫੁੱਲਿਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਰਾਜ ਦਾ, ਸੁੰਦਰਤਾ ਦਾ, ਧਨ-ਸੰਪਤੀ ਦਾ, ਤਾਕਤ ਦਾ ਅਭਿਮਾਨ ਇਸੇ ਵੰਨਗੀ ਦਾ ਅਹੰਕਾਰ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਤੇ ਗੁਣਾਂ ਉਪਰ ਆਧਾਰਤ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਨਿੰਦਣਯੋਗ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।[3] ਪੁੰਨ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਅਭਿਮਾਨ ਵੀ ਪੁੰਨ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਨਾਸ ਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।[4]

ਅਹੰਕਾਰ ਦੀ ਇਕ ਹੋਰ ਵੰਨਗੀ ਖਲ-ਅਹੰਕਾਰ ਜਾਂ ਗਰਬ ਹੈ, ਜੋ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਗੁਣ ਦੇ ਫੋਕਾ ਆਫਰਿਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਅਹੰਕਾਰੀ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਖੋਤੇ (ਖਰ) ਨਾਲ ਉਪਮਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।[5]

ਅਹੰਕਾਰੀ ਜੀਵ ਮਾਨ ਅਪਮਾਨ ਦੇ ਚੱਕਰਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਣ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਖਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਵੱਧਦਾ ਹੈ, ਸੋ ਉਹ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਪਮਾਨ ਤੋਂ ਉਹ ਸੁੰਗੜਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਖ਼ੁਆਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮਾਇਆ ਤੱਜਣੀ ਬੜੀ ਔਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਮਾਣ ਛੱਡਣਾ ਉਸ ਤੋਂ ਵੀ ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਅਹੰਕਾਰ, ਮਾਣ-ਮਤਿ, ਅਪਮਾਨ-ਖ਼ੁਆਰੀ ਸਭ ਹਉਮੈ ਦੇ ਲਾਏ ਹੋਏ ਬੂਟੇ ਹਨ ਤੇ ਉਸੇ ਦੇ ਹੀ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਰੂਪ ਹਨ।

ਲੋਭ

ਲਬ, ਲੋਭ, ਲਾਲਚ, ਤਮ੍ਹਾ, ਇੱਕੋ ਵਿਕਾਰ ਦੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਨਾਮ ਹਨ। ਲੋੜ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਧਨ-ਪਰਿਗ੍ਰਹਿਣ ਤੇ ਵਸਤ-ਪਰਿਗ੍ਰਹਿਣ ਦਾ ਨਾਮ ਲੋਭ ਹੈ। ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮਾਲਕੀ 'ਤੇ ਕਬਜ਼ਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਵੀ ਲੋਭ ਕਹਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਲੋਭੀ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਧਨ, ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਦਾ ਸਾਧਨ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਸਾਧਯ ਹੀ ਹੋ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ। ਧਨ ਆਉਂਦਾ ਵੇਖ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪੈਸਾ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਲੋਭ ਦੇ ਅਰਥ ਕੇਵਲ ਧਨ ਦੀ ਪਕੜ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵਡੇਰੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਸਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਲੋਭ ਬਾਰੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ :

ਹੇ ਲੋਭਾ ਲੰਪਟ ਸੰਗ ਸਿਰਮੋਰਹ ਅਨਿਕ ਲਹਰੀ ਕਲੋਲਤੇ ॥
ਧਾਵੰਤ ਜੀਆ ਬਹੁ ਪ੍ਰਕਾਰੰ ਅਨਿਕ ਭਾਂਤਿ ਬਹੁ ਡੋਲਤੇ ॥

---

3. ਜਿਸ ਕੈ ਅੰਤਰਿ ਰਾਜ ਅਭਿਮਾਨੁ ॥ ਸੋ ਨਰਕਪਾਤੀ ਹੋਵਤ ਸੁਆਨੁ ॥
ਜੋ ਜਾਨੈ ਮੈ ਜੋਬਨਵੰਤੁ ॥ ਸੋ ਹੋਵਤ ਬਿਸਟਾ ਕਾ ਜੰਤੁ ॥
ਆਪਸ ਕਉ ਕਰਮਵੰਤੁ ਕਹਾਵੈ ॥ ਜਨਮਿ ਮਰੈ ਬਹੁ ਜੋਨਿ ਭ੍ਰਮਾਵੈ ॥
ਧਨ ਭੂਮਿ ਕਾ ਜੋ ਕਰੈ ਗੁਮਾਨੁ ॥ ਸੋ ਮੂਰਖੁ ਅੰਧਾ ਅਗਿਆਨੁ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 278)*

4. ਤੀਰਥ ਬਰਤ ਅਰੁ ਦਾਨ ਕਰਿ ਮਨ ਮੈ ਧਰੈ ਗੁਮਾਨੁ ॥
ਨਾਨਕ ਨਿਹਫਲ ਜਾਤ ਤਿਹ ਜਿਉ ਕੁੰਚਰ ਇਸਨਾਨੁ ॥ *(ਸਲੋਕ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 1428)*

5. ਇਕਨਾ ਨਾਦੁ ਨ ਬੇਦੁ ਨ ਗੀਅ ਰਸੁ ਰਸੁ ਕਸੁ ਨ ਜਾਣੰਤਿ ॥
ਇਕਨਾ ਸਿਧਿ ਨ ਬੁਧਿ ਨ ਅਕਲਿ ਸਰ ਅਖਰ ਕਾ ਭੇਉ ਨ ਲਹੰਤਿ ॥
ਨਾਨਕ ਤੇ ਨਰ ਅਸਲਿ ਖਰ ਜਿ ਬਿਨੁ ਗੁਣ ਗਰਬੁ ਕਰੰਤ ॥
(ਸਲੋਕ ਵਾਰਾਂ ਤੇ ਵਧੀਕ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1411)

ਨਚ ਮਿਤ੍ਰੰ ਨਚ ਇਸਟੰ ਨਚ ਬਾਧਵ ਨਚ ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਤਵ ਲਜਯਾ॥
ਅਕਰਣੰ ਕਰੋਤਿ ਅਖਾਦ੍ਹਿ ਖਾਦ੍ਹੰ ਅਸਾਜ੍ਹੰ ਸਾਜਿ ਸਮਜਯਾ॥

(ਸਲੋਕ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1358)

ਅਰਥਾਤ, ਹੇ ਲੋਭ, ਤੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਅਨੇਕ ਲਹਿਰਾਂ ਨਾਲ ਖੋਡਦਿਆਂ, ਸਿਰਮੌਰ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਭਰਮਾ ਲਿਆ ਹੈ। ਤੇਰੇ ਭਰਮਾਏ ਹੋਏ, ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਨਾਲ ਭਟਕਦੇ ਤੇ ਡੋਲਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਨਾ ਤੈਨੂੰ ਮਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਸ਼ਰਮ ਹੈ, ਨਾ ਕਿਸੇ ਪੂਜਯ ਗੁਰੂ ਦੀ, ਨਾ ਸੰਬੰਧੀਆਂ ਦੀ, ਨਾ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ। ਤੂੰ ਵਰਜਿਤ ਕੰਮ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈਂ, ਅਖਾਧ ਖੁਆਲਦਾ ਹੈਂ ਤੇ ਜੋ ਸਾਜਣਯੋਗ ਨਹੀਂ, ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਜਿਆ ਹੋਇਆ ਸਿੱਧ ਕਰਦਾ ਹੈਂ।

ਲੋਭੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਰੱਜ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।[6] ਉਹ ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ, ਕਪਟ, ਪਾਖੰਡ ਤੋਂ ਵੀ ਕਤਰਾਉਂਦਾ ਨਹੀਂ।[7] ਇਸੇ ਲਈ ਲੋਭੀ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਕਰਨ ਤੋਂ ਵਰਜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।[8]

ਲੋਭ ਨੇ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਧੰਧੇ ਲਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਸਾਧਨ ਸੰਤੋਖ ਹੈ।[9] ਮਾਇਆ ਦੇ ਦੀਵਾਨੇ ਮਾਇਆ ਕਾਰਨ ਝੂਠ ਬੋਲਦੇ ਤੇ ਠੱਗੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।[10] ਉਹ ਕੁੱਤਿਆਂ ਵਾਂਗ ਹਲਕਾਏ[11], ਮਾਇਆ ਦੇ ਕਰੰਗ ਨੂੰ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[12]

ਹਉਮੈ ਦੇ ਤਿੰਨ ਰੂਪ ਦੱਸੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

(1) 'ਸਯੰ' ਅਥਵਾ, ਮੈਂ ਸਦਾ ਰਹਾਂ। ਇਸ ਨੂੰ 'ਲੋਕਾਇਸ਼ਣਾ' ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।
(2) 'ਬਹੁ ਸਯੰ' ਅਥਵਾ ਮੇਰਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਨੂੰ 'ਵਿੱਤਾਇਸ਼ਣਾ' ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।
(3) 'ਬਹੁਧਾ ਸਯੰ' ਅਥਵਾ ਮੇਰਾ ਵਾਧਾ ਹੋਵੇ, ਮੇਰੀ ਵੇਲ ਵਧੇ। ਇਸ ਨੂੰ 'ਦਾਰਾਸੁਤਾਇਸ਼ਣਾ' (ਇਸਤਰੀ, ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਲਾਲਸਾ) ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਹਉਮੈ ਦਾ 'ਬਹੁ ਸਯੰ' ਵਾਲਾ ਰੂਪ ਮੋਹ ਤੇ ਲੋਭ ਦਾ ਰਲਗੱਡ ਰੂਪ ਹੈ। ਮੋਹ ਵਾਂਗ ਲੋਭ ਵੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਹੀ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਰੂਪ ਹੈ। ਮੋਹ 'ਮੇਰ-ਪੁਣਾ' ਹੈ ਤੇ ਲੋਭ 'ਮੈਨੂੰ-ਪੁਣਾ'। ਲੋਭ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਠੱਗੀ, ਕਪਟ, ਪਾਖੰਡ, ਝੂਠ ਆਦਿ ਉਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਜਨਮ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਲੋਭ ਆਪ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਜਨਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

---

6. ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਨ ਆਵੈ ਮਾਇਆ ਪਾਛੈ ਪਾਵੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 279)*
7. ਮਨੁ ਮੇਰਾ ਦਇਆਲ ਸੇਤੀ ਥਿਰੁ ਨ ਰਹੈ॥
ਲੋਭੀ ਕਪਟੀ ਪਾਪੀ ਪਾਖੰਡੀ ਮਾਇਆ ਅਧਿਕ ਲਗੈ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 359)*
8. ਲੋਭੀ ਕਾ ਵੇਸਾਹੁ ਨ ਕੀਜੈ ਜੇ ਕਾ ਪਾਰਿ ਵਸਾਇ॥
ਅੰਤਿ ਕਾਲਿ ਤਿਥੈ ਧੁਹੈ ਜਿਥੈ ਹਥੁ ਨ ਪਾਇ॥ *(ਸਲੋਕ ਵਾਰਾਂ ਤੇ ਵਧੀਕ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1417)*
9. ਲਬਿ ਧੰਧੈ ਮਾਇਆ ਜਗਤੁ ਭੁਲਾਇਆ ਕਾਲੁ ਖੜਾ ਰੂਆਏ॥ *(ਵਡਹੰਸ ਮ: ੧, ਪੰਨੇ 581-82)*
10. ਮਾਇਆ ਕੇ ਦੇਵਾਨੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਝੂਠਿ ਠਗਉਰੀ ਪਾਈ॥
ਲਬਿ ਲੋਭਿ ਮੁਹਤਾਜਿ ਵਿਗੂਤੇ ਇਬ ਤਬ ਫਿਰਿ ਪਛੁਤਾਈ॥
(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧ ਦਖਣੀ ਓਅੰਕਾਰੁ, ਪੰਨਾ 930)
11. ਲੋਭ ਲਹਰਿ ਸਭੁ ਸੁਆਨੁ ਹਲਕੁ ਹੈ...॥ *(ਨਟ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 983)*
12. ਲੋਭ ਲਹਰਿ ਸੁਆਨ ਕੀ ਸੰਗਤਿ ਬਿਖੁ ਮਾਇਆ ਕਰੰਗਿ ਲਗਾਵੈਗੋ॥
(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1311)

ਕਾਮ

ਜਿਵੇਂ ਮੋਹ ਤੇ ਲੋਭ ਹਉਮੈ ਦਾ 'ਬਹੁ ਸਘੰ' ਰੂਪ ਹਨ, ਕਾਮ ਹਉਮੈ ਦਾ 'ਬਹੁਧਾ ਸਘੰ' ਰੂਪ ਹੈ। ਅਸਲੋਂ ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਤਾਨ ਉਤਪਤੀ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਅਮਰਤਾ ਭਾਲਣ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸਤਰੀ ਪੁਰਖ ਦੀ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਅਨੰਦ ਮਾਣਨ ਦੀ ਚੇਸ਼ਟਾ ਇਸ ਦਾ ਵਿਕ੍ਰਿਤ ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਦਰਅਸਲ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ 'ਕਾਮ' ਦੇ ਉਹ ਅਰਥ ਨਹੀਂ ਸਨ, ਜੋ ਮਗਰੋਂ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਮੁੱਢਲੇ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ 'ਕਾਮ' ਉਹ ਆਦਿ ਚੇਤਨਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਦੀ ਵਿਆਪਕ ਕਾਮਨਾ ਵਿਸ਼ਵ ਕਲਿਆਣ, ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਪਿਆਰ ਤੇ ਵਿਆਪਕ ਕਰੁਣਾ ਨਾਲ ਛਲਕਦੀ ਸੀ। ਮੁੱਢਲੀ ਸਿਰਜਨਾਤਮਕ ਸ਼ਕਤੀ ਅੰਦਰ ਬ੍ਰਹਮ ਕਿਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਨਾਲ ਇਹ 'ਕਾਮ' ਸਾਕਾਰ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਰਿਗਵੇਦ ਵਿਚ ਨਿਰੂਪੇ ਗਏ 'ਕਾਮ' ਦੇ ਇਸ ਸੰਕਲਪ ਵਿਚ ਜਿਨਸੀ-ਸੰਬੰਧ ਦੀ ਕਿਤੇ ਕੋਈ ਲੇਸ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਇਹ ਤਾਂ ਨਿਰੋਲ ਨਿਰਮਲ ਦੈਵੀ ਇੱਛਾ ਸੀ – ਸਮਸਤ ਦੇ ਕਲਿਆਣ ਤੇ ਹਿੱਤ ਦੀ।

ਪਰ ਮਗਰੋਂ ਜਾ ਕੇ 'ਕਾਮ' ਦੇ ਅਰਥ ਬਦਲ ਗਏ ਤੇ ਇਹ ਪਦ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਕਾਮਨਾਵਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਪਸ਼ੂ-ਬਿਰਤੀ ਦਾ ਨਾਮ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ। ਆਪਣੇ ਇਸ ਬਦਲੇ ਹੋਏ ਰੂਪ ਵਿਚ 'ਕਾਮ' ਸ਼ਿਵ ਜੀ ਦੀ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰ ਪਾਰਬਤੀ ਲਈ ਚਾਹਨਾ ਦੇ ਭਾਵ ਜਗਾਉਣ ਆ ਵੜਿਆ ਸੀ। ਤਦ ਸ਼ਿਵ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਤੀਜੇ ਨੇਤਰ ਦੀ ਅਗਨੀ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਭਸਮ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਕਾਮ' ਪਦ ਦੋ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਆਇਆ ਹੈ – ਇਕ ਅਰਥ ਇਸ ਦਾ ਅਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਾਮਨਾ ਜਾਂ ਇੱਛਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ 'ਮੁਕਤਿਦਾਇਕ ਕਾਮ'), ਪਰ ਬਹੁਤ ਕਰਕੇ ਜਿਸ ਅਰਥ ਵਿਚ ਇਹ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ; ਉਹ ਹੈ ਦੇਹ-ਵਾਸਨਾ ਜਾਂ ਰਤੀ-ਪ੍ਰੇਮ, ਇਸਤਰੀ ਦਾ ਪੁਰਖ ਨਾਲ ਜਾਂ ਪੁਰਖ ਦਾ ਇਸਤਰੀ ਨਾਲ ਸਰੀਰਕ ਸੰਬੰਧ[13] ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਇੱਛਾ।

ਗੁਰਮਤਿ ਧਰਮ ਕੇਵਲ ਨਵਿਰਤੀ ਅਥਵਾ ਤਿਆਗ ਦਾ ਧਰਮ ਨਹੀਂ। ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਦੇ ਸੰਜਮ ਅੰਦਰ ਕਾਮ ਗੁਰਮਤਿ ਧਰਮ ਸ਼ਾਸਤਰ ਵਿਚ ਪਰਵਾਣਿਤ ਹੈ।[14] ਅਸੰਜਮੀ ਤੇ ਨਾਮਰਜਾਦ ਕਾਮ ਹੀ ਅਪ੍ਰਵਾਣਿਤ ਹੈ। ਪਤੀ-ਪਤਨੀ ਦੇ ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਇਕ ਪਵਿੱਤਰ ਰਿਸ਼ਤਾ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਪਿਆਰ ਦੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਦੈਵੀ ਪ੍ਰੇਮ ਲਈ ਸੰਕੇਤਕ ਚਿੰਨ੍ਹ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਮ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।[15] ਪਰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ-ਹੀਨ ਕਾਮ ਦੀ, ਜੋ ਸਮਾਜਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਤੇ

---

13. ਕਾਮੁ ਚਿਤੈ ਕਾਮਣਿ ਹਿਤਕਾਰੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 225)*

14. ਆਪਨਿ ਇਸਤ੍ਰੀ ਸੋਂ ਰਤਿ ਹੋਈ। ਰਹਤਵੰਤ ਸਿੰਘ ਹੈ ਸੋਇ॥੧੩॥ *(ਰਹਿਤਨਾਮਾ ਭਾਈ ਦੇਸਾ ਸਿੰਘ)*

15. (ੳ) ਹਰਿ ਹਰਿ ਹਾਰੁ ਕੰਠਿ ਲੇ ਪਹਿਰੈ ਦਾਮੋਦਰੁ ਦੰਤੁ ਲੇਈ॥
ਕਰ ਕਰਿ ਕਰਤਾ ਕੰਗਨ ਪਹਿਰੈ ਇਨ ਬਿਧਿ ਚਿਤੁ ਧਰੇਈ॥
ਮਧੁਸੂਦਨੁ ਕਰ ਮੁੰਦਰੀ ਪਹਿਰੈ ਪਰਮੇਸਰੁ ਪਟੁ ਲੇਈ॥
ਧੀਰਜੁ ਧੜੀ ਬੰਧਾਵੈ ਕਾਮਣਿ ਸ੍ਰੀਰੰਗੁ ਸੁਰਮਾ ਦੇਈ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 359)*

ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਵੰਨਤੀ (ਢਹਿੰਦੀ ਕਲਾ) ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਰੱਜ ਕੇ ਨਿਖੇਧੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਐਸੇ ਕਾਮ ਬਾਰੇ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਸਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਫ਼ੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ:

ਹੇ ਕਾਮੰ ਨਰਕ ਬਿਸ੍ਰਾਮੰ ਬਹੁ ਜੋਨੀ ਭ੍ਰਮਾਵਣਹ ॥
ਚਿਤ ਹਰਣੰ ਤ੍ਰੈ ਲੋਕ ਗੰਮ੍ਯੰ ਜਪ ਤਪ ਸੀਲ ਬਿਦਾਰਣਹ ॥
ਅਲਪ ਸੁਖ ਅਵਿਤ ਚੰਚਲ ਊਚ ਨੀਚ ਸਮਾਵਣਹ ॥
ਤਵ ਭੈ ਬਿਮੁੰਚਿਤ ਸਾਧ ਸੰਗਮ ਓਟ ਨਾਨਕ ਨਾਰਾਇਣਹ ॥ *(ਪੰਨਾ 1358)*

ਅਰਥਾਤ, ਹੇ ਕਾਮ, ਤੂੰ ਨਰਕਾਂ ਵਿਚ ਸੁੱਟਦਾ ਤੇ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਭਵਾਉਂਦਾ ਹੈਂ। ਹੇ ਤਿੰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚਣ ਵਾਲੇ! ਤੂੰ ਚਿੱਤ ਚੁਰਾ ਲਿਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਪ ਤਪ ਤੇ ਆਚਰਣ ਨੂੰ ਨਾਸ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈਂ। ਸੁਖ ਤਾਂ ਤੇਰਾ ਛਿਨ-ਭੰਗੁਰ ਹੈ, ਪਰ ਤੂੰ (ਮਨ ਨੂੰ) ਚੰਚਲ ਤੇ (ਬੰਦੇ ਨੂੰ) ਧਨਹੀਨ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈਂ। ਤੇਰੇ ਭੈ ਤੋਂ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਓਟ ਤੇ ਸਾਧਸੰਗਤ ਦੇ ਆਸਰੇ ਹੀ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕੀਦਾ ਹੈ।

ਕ੍ਰੋਧ

ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਅਹੰਕਾਰ ਤੇ ਕਾਮ ਚਾਰੇ ਹਉਮੈ ਦਾ ਵਿਸਤਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜਦ ਹਉਂ-ਵਿਸਤਾਰਕ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿਚ ਰੋਕਾ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਦਖ਼ਲ-ਅੰਦਾਜ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕ੍ਰੋਧ ਜਾਗਦਾ ਹੈ। ਕ੍ਰੋਧ ਇਕ ਨਿਰਦਈ ਰੁਚੀ ਤੇ ਘਾਤਕ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਲ੍ਹਾ ਜਗਾਉਂਦੀ, ਬਦਲੇ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਉਭਰਾਉਂਦੀ ਤੇ ਦੁਰ-ਵਿਹਾਰ ਲਈ ਤੱਤਪਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕਾਮ ਵਾਂਗੂੰ ਕ੍ਰੋਧ ਵੀ ਬੇਕਾਬੂ ਤੇ ਅੰਨ੍ਹਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੰਦ ਬਕਦਾ, ਰੌਲਾ ਪਾਂਦਾ, ਇਹ ਚੰਡਾਲ ਦੰਦ ਕਰੀਚਦਾ, ਧਮਕਾਉਂਦਾ, ਧੁੱਸਾਂ ਮਾਰਦਾ, ਦਹਾੜਦਾ, ਲਤਾੜਦਾ, ਭੜਥੂ ਪਾਉਂਦਾ ਵਤਦਾ ਹੈ:

ਹੇ ਕਲਿ ਮੂਲ ਕ੍ਰੋਧੰ ਕਦੰਚ ਕਰੁਣਾ ਨ ਉਪਰਜਤੇ ॥
ਬਿਖਯੰਤ ਜੀਵੰ ਵਸ੍ਯੰ ਕਰੋਤਿ ਨਿਰਤ੍ਯੰ ਕਰੋਤਿ ਜਥਾ ਮਰਕਟਹ ॥
(ਸਲੋਕ ਸਹਸਕ੍ਰਿਤੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1358)

ਅਰਥਾਤ, ਹੇ ਝਗੜੇ ਦੀ ਜੜ੍ਹ, ਕ੍ਰੋਧ! ਤੈਨੂੰ ਕਦੇ ਦਇਆ ਨਹੀਂ ਆਈ ? ਤੂੰ ਵਿਸ਼ਈ ਜੀਆਂ ਨੂੰ ਵੱਸ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਤੇਰੇ ਅੱਗੇ ਬਾਂਦਰ ਵਾਂਗ ਨੱਚਦੇ ਹਨ।

ਕ੍ਰੋਧ ਚੰਡਾਲ ਕਿਸੇ ਦਾ ਸਰਬ ਨਾਸ਼ ਕਰਨਾ ਲੋਚਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਨਾ ਕਰ ਸਕੇ ਤਾਂ

☚ (ਅ) ਚੂੜਾ ਭੰਨੁ ਪਲੰਘ ਸਿਉ ਮੁੰਧੇ ਸਣੁ ਬਾਹੀ ਸਣੁ ਬਾਹਾ ॥
ਏਤੇ ਵੇਸ ਕਰੇਦੀਏ ਮੁੰਧੇ ਸਹੁ ਰਾਤੋ ਅਵਰਾਹਾ ॥
ਨਾ ਮਨੀਆਰੁ ਨ ਚੂੜੀਆ ਨਾ ਸੇ ਵੰਗੁੜੀਆਹਾ ॥
ਜੋ ਸਹ ਕੰਠਿ ਨ ਲਗੀਆ ਜਲਨੁ ਸਿ ਬਾਹੜੀਆਹਾ ॥
ਸਭਿ ਸਹੀਆ ਸਹੁ ਰਾਵਣਿ ਗਈਆ ਹਉ ਦਾਧੀ ਕੈ ਦਰਿ ਜਾਵਾ ॥
ਅੰਮਾਲੀ ਹਉ ਖਰੀ ਸੁਚਜੀ ਤੈ ਸਹ ਏਕਿ ਨ ਭਾਵਾ ॥
ਮਾਠਿ ਗੁੰਦਾਈ ਪਟੀਆ ਭਰੀਐ ਮਾਗ ਸੰਧੂਰੇ ॥
ਅਗੈ ਗਈ ਨ ਮੰਨੀਆ ਮਰਉ ਵਿਸੂਰਿ ਵਿਸੂਰੇ ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੧, ਪੰਨੇ 557-58)*

ਗ਼ੁੱਸਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਉਪਰ ਕੱਢਣ 'ਤੇ ਵੀ ਤੁੱਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਕ੍ਰੋਧ ਜਾਗਦਾ ਓਦੋਂ ਹੀ ਹੈ, ਜਦ ਹਉਮੈ ਦੇ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿਚ ਕੋਈ ਰੁਕਾਵਟ ਆਣ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਇਉਂ ਪੰਜੇ ਦੇ ਪੰਜੇ ਵਿਕਾਰ ਹਉਮੈ ਦੇ ਬਿਰਛ ਦੀਆਂ ਹੀ ਸ਼ਾਖ਼ਾਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਮੁੱਢ ਹੀ ਵੱਢ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏ ਤਾਂ ਇਹ ਪੰਜੇ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

ਮਾਰੇ ਪੰਚ ਅਪੁਨੈ ਵਸਿ ਕੀਏ॥
ਹਉਮੈ ਗ੍ਰਾਸਿ ਇਕਤੁ ਥਾਇ ਕੀਏ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 415)*

ਪਾਪ ਤੇ ਪੁੰਨ

ਪਾਪ ਤੇ ਪੁੰਨ ਕਰਮ, ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ, ਸਿਰਜਨਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਹੈ ਨਹੀਂ ਸਨ,[16] ਪਰ ਸਿਰਜਨਾ ਤੋਂ ਬਾਦ ਇਹ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਪਾਪ ਦੈਵੀ ਹੁਕਮ ਜਾਂ ਨੈਤਿਕ ਅਸੂਲਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਜਪੁ ਜੀ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਅਠਾਰ੍ਹਵੀਂ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਪਾਪੀ ਆਚਰਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਸ ਸੂਚੀ ਵਿਚ ਚੋਰ, ਹਰਾਮਖ਼ੋਰ, ਜ਼ੋਰਾਵਰ, ਹੱਤਿਆਰੇ, ਕੂੜਿਆਰੇ, ਮਲੇਛ, ਨਿੰਦਕ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਕੁਕਰਮ ਕੁਕਰਮੀ ਲੋਕ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਹਰ ਕੁਕਰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਨ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੋ, ਮੰਦਾ ਇਰਾਦਾ ਕੁਕਰਮਾਂ ਲਈ ਬੀਜ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਚੋਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਡਾਕੂ, ਸੰਨ੍ਹਮਾਰ ਆਦਿ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਸਮਝੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਹਰਾਮਖ਼ੋਰ ਜਾਤੀ ਵਿਚ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਸ਼ਾਮਲ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹੱਤਿਆਰਿਆਂ ਵਿਚ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਹਿੰਸਾ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕੂੜਿਆਰ ਉਹ ਲੋਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਨਾ ਕੇਵਲ ਕੂੜ ਬੋਲਦੇ ਹੀ ਹਨ, ਸਗੋਂ ਸੱਚ ਨੂੰ ਲੁਕਾਉਣ ਲਈ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਕੁਕਰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਪਟ, ਛਲ, ਫ਼ਰੇਬ ਆਦਿ ਦੇ ਲੁਕਾਉਣ ਹਿੱਤ ਬਾਹਰੋਂ ਪਾਖੰਡ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਨਿੰਦਿਆ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਕਿਸੇ ਦੇ ਬਰਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਝੂਠੀ ਗ਼ਲਤ-ਬਿਆਨੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਸਗੋਂ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਮੰਦ-ਭਾਵਨਾ, ਖੁਣਸ ਤੇ ਈਰਖਾ ਤਕ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਸਮਝਿਆਂ ਤਾਂ ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬੇਅੰਤ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

ਪੁੰਨ ਕਰਮ, ਆਚਰਣਕ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਸੱਚ, ਸੰਤੋਖ, ਨਿਮਰਤਾ, ਧੀਰਜ, ਦਇਆ, ਵਿਸਾਹ, ਭਰੋਸਾ, ਸਿਦਕ, ਸਾਦਕੀ, ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ, ਪਰੋਪਕਾਰ, ਦਇਆ, ਸੂਰਮਤਾ ਤੇ ਸ਼ਹਾਦਤ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਸਮਝੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸੱਚ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਗਵਾਹੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਉਹ ਆਪਣੀ ਸ਼ਹਾਦਤ ਆਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਆਚਰਣ ਵਿਚ ਸੱਚ ਵਰਤਦਾ ਹੈ, ਬਾਕੀ ਦੇ ਪੁੰਨ ਕਰਮ ਆਪੇ ਤੁਰੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

---

16. ਜਬ ਅਕਾਰੁ ਇਹੁ ਕਛੁ ਨ ਦ੍ਰਿਸਟੇਤਾ॥
ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਤਬ ਕਹ ਤੇ ਹੋਤਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 290)*

ਪਾਪ ਅਥਵਾ ਮੈਲੇ ਕਰਮਾਂ ਤੇ ਪੁੰਨ ਅਥਵਾ ਹੱਛੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਅੰਤਰ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰਤਾਰ ਨੇ ਆਪ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।[17] ਮਾਪੇ, ਪਾਂਧੇ, ਸਮਾਜਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਕਾਨੂੰਨ ਆਦਿ ਸਭ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਭਾਵ ਗੁਰੂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ – ਉਥੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਸੋਝੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਸਭ ਸੁਝਾਅ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਕਿਤ ਹੁੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ[18] ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਮੀਰ ਬਣ ਕੇ ਅੰਦਰੋਂ ਬੋਲਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ ਤੋਂ ਵਰਜਦੇ ਤੇ ਪੁੰਨ ਕਰਮਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਸਾਧਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਮਾੜੇ ਕਰਮ ਕਰਦਾ ਤੇ ਚੰਗੇ ਕਰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਅਉਸਰ ਗੰਵਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਗੁਰੂ-ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਜਾਗ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ ਕਾਰਨ ਪਛਤਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਚੰਗੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਕਰਨ ਦਾ ਅਉਸਰ ਗੰਵਾਉਣ ਦਾ ਅਫ਼ਸੋਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪਛਤਾਵਾ ਤੇ ਇਹ ਅਫ਼ਸੋਸ ਉਸ ਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਝੰਝੋੜਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਧਿ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜੈਸੇ ਕਰਮ ਉਹ ਕਰਦਾ ਆਇਆ ਹੈ, ਅੱਗੇ ਗਿਆਂ ਵੀ ਉਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਉਸ ਨੂੰ ਫਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣਾ ਹੈ।[19]

ਧਰਮ ਖੰਡ

ਹਉਮੈ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿਚ ਵੀ ਨੈਤਿਕ ਸੋਝੀ ਜਾਗਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਪਰਮਾਰਥ ਦੇ ਪਾਸੇ ਲੱਗਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਉੱਠ ਖਲੋਂਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਐਸੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੁਰਤ ਆ ਜਾਣ ਦਾ ਇਤਫ਼ਾਕ ਬੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਮੇਂ-ਸਥਾਨ ਦੇ ਪਾਸਾਰ ਵਿਚਾਲੇ ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਇਕ 'ਧਰਮਸਾਲ' ਹੈ। ਇਸ ਸੋਝੀ ਨਾਲ ਸਾਧਕ ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਾਰਗ ਵੱਲ ਝੁਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਧਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰੀ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਧਰਮ ਖੰਡ ਦੀ ਬਾਤ ਜਪੁ ਜੀ ਸਾਹਿਬ ਦੀ 34ਵੀਂ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਪਾਈ ਗਈ ਹੈ :

ਰਾਤੀ ਰੁਤੀ ਥਿਤੀ ਵਾਰ ॥
ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਅਗਨੀ ਪਾਤਾਲ ॥
ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਧਰਤੀ ਥਾਪਿ ਰਖੀ ਧਰਮ ਸਾਲ ॥
ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਜੀਅ ਜੁਗਤਿ ਕੇ ਰੰਗ ॥
ਤਿਨ ਕੇ ਨਾਮ ਅਨੇਕ ਅਨੰਤ ॥
ਕਰਮੀ ਕਰਮੀ ਹੋਇ ਵੀਚਾਰੁ ॥
ਸਚਾ ਆਪਿ ਸਚਾ ਦਰਬਾਰੁ ॥

---

17. ਮੈਲੇ ਹਛੇ ਕਾ ਵੀਚਾਰੁ ਆਪਿ ਵਰਤਾਇਸੀ ॥
ਮਤੁ ਕੋ ਜਾਣੈ ਜਾਇ ਅਗੈ ਪਾਇਸੀ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 730)*
18. ਗੁਰੂ ਦੁਆਰੈ ਹੋਇ ਸੋਝੀ ਪਾਇਸੀ ॥ ਏਤੁ ਦੁਆਰੈ ਧੋਇ ਹਛਾ ਹੋਇਸੀ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 730)*
19. ਜੇਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਇ ਤੇਹਾ ਹੋਇਸੀ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 730)*

ਤਿਥੈ ਸੋਹਨਿ ਪੰਚ ਪਰਵਾਣੁ ॥
ਨਦਰੀ ਕਰਮਿ ਪਵੈ ਨੀਸਾਣੁ ॥
ਕਚ ਪਕਾਈ ਓਥੈ ਪਾਇ ॥
ਨਾਨਕ ਗਇਆ ਜਾਪੈ ਜਾਇ ॥੩੪॥
ਧਰਮ ਖੰਡ ਕਾ ਏਹੋ ਧਰਮੁ ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 7)*

ਇਸ ਅਨੁਸਾਰ 'ਸਮੇਂ' (ਰਾਤੀ, ਰੁਤੀ, ਥਿਤੀ, ਵਾਰ) ਤੇ 'ਸਥਾਨ' (ਪਉਣ, ਪਾਣੀ, ਪਾਤਾਲ) ਤੇ 'ਊਰਜਾ' (ਅਗਨੀ) ਅੰਦਰ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖ ਨੇ ਜਿਸ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਉਸ 'ਧਰਮਸਾਲ' ਹੈ।

ਧਰਮਸਾਲ ਪਦ ਦੇ ਦੋ ਅਰਥ ਹੁੰਦੇ ਹਨ – ਇਕ ਯਾਤਰੀਆਂ ਲਈ ਉਹ ਸਰਾਂ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਉਹ ਦੋ-ਚਾਰ ਦਿਨ ਰਹਿ ਕੇ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਦੂਜਾ ਅਰਥ ਹੈ – 'ਧਰਮ ਕਮਾਵਣ ਦਾ ਸਥਾਨ'। ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਅਰਥ ਹੀ ਧਰਤੀ ਉਪਰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲਾ ਇਸ ਲਈ ਕਿ ਧਰਤੀ ਉਪਰ ਮੌਜੂਦ ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦੀ ਨਿਯਮਿਤ ਅਉਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਗੁਜ਼ਾਰ ਕੇ ਉਹ ਇਥੋਂ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਇਸ ਲਈ ਕਿ ਧਰਤੀ ਉਪਰ ਵੱਸਦੇ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਇਹ ਥਾਂ ਧਰਮ ਕਮਾਵਣ ਦਾ ਸਥਾਨ ਹੈ। ਸੋ ਜਿਤਨਾ ਚਿਰ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਇਥੇ ਰਹਿਣਾ ਮਿਲਿਆ ਹੈ, ਧਰਮ ਕਮਾਉਣਾ ਉਸ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਬਣਦਾ ਹੈ – ਆਪਣੇ ਆਪ ਵੱਲ ਵੀ, ਸਮਾਜ ਵੱਲ ਵੀ ਤੇ ਆਪਣੇ ਕਰਤਾਰ ਵੱਲ ਵੀ।

ਜੋ ਜੋ ਕਰਮ ਵੀ ਉਹ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਦਾ ਲੇਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ – ਉਹ ਪਰਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਨਿਰਣਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਚੰਗੇ ਹਨ ਕਿ ਮਾੜੇ[20]। ਇਸ ਨਿਰਣੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਦੇ ਕਰਮ ਚੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਨੂੰ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਨੇੜਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਪਰ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦੀ (ਨਦਰੇ ਕਰਮ ਵਾਲੀ) ਮੁਹਰ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਸੱਚੇ ਮਾਲਕ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਪੰਚ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਮਾਲਕ ਦਾ ਦਰਬਾਰ ਕਿਤੇ ਹੋਰਥੇ ਨਹੀਂ, ਇਸੇ ਧਰਤੀ ਉਪਰ ਇਸੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਹੈ। ਇਥੇ ਹੀ ਜੋ ਗੁਰਮੁਖ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਨੇੜਤਾ ਜਾਂ ਅਭੇਦਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਗੁਰੂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਪੰਚ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹੋ ਪੰਚ ਮਾਲਕ ਦੇ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਸੋਹੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਗੱਲ ਉਸੇ ਨੂੰ ਹੀ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦਰਬਾਰ ਤਕ ਰਸਾਈ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਇਸ ਸੋਝੀ ਤੋਂ ਵੀ ਵਾਂਝਿਆਂ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਧਰਮ ਖੰਡ ਦੀ ਉਪਰੋਕਤ ਪਉੜੀ ਨੂੰ ਗਹੁ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰਿਆਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿਚ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਇਸ਼ਾਰੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ :

(1) ਪਹਿਲੀਆਂ ਤਿੰਨ ਸਤਰਾਂ ਵਿਚ ਕੁਦਰਤੀ ਨਿਯਮਾਂ – ਸਮੇਂ, ਸਥਾਨ ਤੇ ਸੱਤਾ ਵੱਲ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸੰਕੇਤ ਮਿਲਦੇ ਹਨ।

(2) ਅਗਲੀਆਂ ਚਾਰ ਸਤਰਾਂ ਵਿਚ ਕਰਮ ਸਿਧਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਕਰਮ ਫਲ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਹੈ – ਕੱਚੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਫਲ ਕੱਚੇ ਤੇ ਪੱਕੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਫਲ ਪੱਕੇ।

---

20. ਚੰਗਿਆਈਆ ਬੁਰਿਆਈਆ ਵਾਚੈ ਧਰਮੁ ਹਦੂਰਿ ॥
ਕਰਮੀ ਆਪੋ ਆਪਣੀ ਕੇ ਨੇੜੈ ਕੇ ਦੂਰਿ ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 8)*

(3) ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਵਿਚ ਪੱਕੇ ਕਰਮਾਂ ਵਾਲਿਆਂ ਉਪਰ ਮਾਲਕ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦੀ ਮੁਹਰ ਲੱਗਣ ਬਾਰੇ ਸੰਕੇਤ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

(1) ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿਚ ਪਸਰੀ ਅਨੇਕਤਾ ਦਾ : ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਸਿਰਜਨਾ ਦੇ ਹਰੇਕ ਪੱਖ ਵਿਚ ਅਨੇਕਤਾ ਵਰਤਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ – ਪਉਣ, ਪਾਣੀ, ਅਗਨੀ ਆਦਿ ਤੱਤਾਂ ਵਿਚ; ਰੂਪਾਂ ਰੰਗਾਂ, ਵੇਸਾਂ ਵਿਚ; ਧਰਤਾਂ, ਪਰਬਤਾਂ, ਸਾਗਰਾਂ ਵਿਚ; ਦੇਵਾਂ, ਸੁਰਾਂ, ਅਸੁਰਾਂ ਵਿਚ; ਰਾਜਿਆਂ- ਮਹਾਰਾਜਿਆਂ ਵਿਚ; ਸਾਧਾਂ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚੇਲਿਆਂ ਵਿਚ; ਭਾਵ ਅਨੇਕਾਂ ਨਾਮਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਤੇ ਜੀਆਂ ਵਿਚ ਬੇਅੰਤ ਅਨੇਕਤਾ ਦਿੱਸਦੀ ਹੈ।

(2) ਕਿਸੇ ਉੱਚੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵਿਚ ਬੱਝੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੀ ਅਨੰਤਤਾ ਦਾ : ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸਮਸਤ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿਚ ਗੰਢਦਾ ਹੈ, ਹਕੀਕਤਾਂ ਦੀ ਅਨੇਕਤਾ ਨੂੰ ਜੋੜਦਾ ਤੇ ਕਿਸੇ ਉਚੇਰੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਬੰਨ੍ਹ ਲਿਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਉਂ ਇਕ ਸੰਜੁਗਤ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਸਿਰਜ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਹੀ ਪਾਰਗਾਮੀ ਵਿਗਾਸ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

(3) ਤੀਸਰੇ ਨੇਤਰ ਦੇ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਦਾ। ਇਹ ਕੋਈ ਮਾਸ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਨੇਤਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਜਾਗਰੂਕ ਅਨੁਭਵ ਦਾ ਨੇਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਮਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਚੰਡ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਨਾਲ ਲਿਸ਼ਕਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਸੂਖਮ ਸੰਵੇਦਨਾ ਤੇ ਕੋਮਲ ਪ੍ਰਤੱਖ ਬੋਧ ਉਜਾਗਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਪਾਰਗਾਮੀ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿਗਸਦੀ ਹੈ। ਸ਼੍ਰੀ ਅਰੋਬਿੰਦੋ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ 'ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਮਾਨ ਮਨ' ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਇਉਂ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸੋਝੀਆਂ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ – ਇਕ ਕੁਦਰਤੀ ਨੇਮਾਂ ਦਾ, ਦੂਜੀ ਸਦਾਚਾਰਕ ਨੈਤਿਕਤਾ ਦਾ, ਤੀਜੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਾਰਗ ਦੇ ਆਰੰਭ ਦਾ। ਜੇਕਰ ਕਾਰਨ-ਕਾਰਜ ਦੇ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਨੇਮ ਤੋਂ ਵਾਕਫ਼ ਨਾ ਹੋਈਏ ਤਾਂ ਕਰਮ ਸਿਧਾਂਤ ਨੂੰ ਜਾਣਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਜੇ ਕਰਮ ਸਿਧਾਂਤ ਤੋਂ ਵਾਕਫ਼ ਨਾ ਹੋਈਏ ਤਾਂ ਨੈਤਿਕ ਉੱਨਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਜੇਕਰ ਨੈਤਿਕ ਉੱਨਤੀ ਰਾਹੀਂ ਮਨ ਬਚ ਕਰਮ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਨਾ ਕਰ ਲਈਏ ਤਾਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਦਾ ਰਾਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਖੁੱਲ੍ਹਦਾ।

ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਖੰਡਾਂ ਵਿਚ ਉੱਨਤੀ ਕੇਵਲ ਸਿਮਰਨ ਆਸਰੇ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[21] ਸਿਮਰਨ ਅਤੇ ਧਰਮ ਦਾ ਆਪਸੀ ਸੰਬੰਧ ਧਰਮ ਖੰਡ ਵਾਲੀ

---

21. ਇਕ ਦੂ ਜੀਭੌ ਲਖ ਹੋਹਿ ਲਖ ਹੋਵਹਿ ਲਖ ਵੀਸ॥
ਲਖੁ ਲਖੁ ਗੇੜਾ ਆਖੀਅਹਿ ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਜਗਦੀਸ॥
ਏਤੁ ਰਾਹਿ ਪਤਿ ਪਵੜੀਆ ਚੜੀਐ ਹੋਇ ਇਕੀਸ॥
ਸੁਣਿ ਗਲਾ ਆਕਾਸ ਕੀ ਕੀਟਾ ਆਈ ਰੀਸ॥
ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਪਾਈਐ ਕੂੜੀ ਕੂੜੈ ਠੀਸ॥੩੨॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 7)*

ਪਉੜੀ ਦਾ ਉਚੇਚਾ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ। ਨੈਤਿਕਤਾ ਉਪਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਬਲ ਆਤਮ ਸ਼ੁੱਧੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਵਿਰੇਚਨ (purgation) ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ।

ਸਾਧਾਰਨ ਬੁੱਧੀ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨੂੰ ਦੂਰ ਸਮਝਦੀ ਹੈ। ਧਰਮ ਖੰਡ ਦੀ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਇਸੇ ਧਰਤੀ ਉੱਤੇ, ਇਸੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦਾ ਦਰਬਾਰ ਦਰਸਾ ਕੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਦਾ ਇਹਸਾਸ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ ਉਸ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਵਿਚ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਜੁਗਤ ਮੁੱਢ ਵਿਚ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਅੰਤ ਤਕ ਚੱਲਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਤਾਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ:

ਨਾਨਕ ਕੈ ਘਰਿ ਕੇਵਲ ਨਾਮੁ ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1136)*

ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਵਿਆਪ ਰਹੀ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਣਾ ਇਕ ਬੌਧਿਕ ਯਤਨ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਭੈ ਵਿਚ ਰਹਿ ਕੇ ਨੈਤਿਕ ਜੀਵਨ ਅਪਨਾਉਣਾ ਤੇ ਮਾਲਕ ਦਾ ਪਿਆਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਚਿੱਤ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨਾ ਨੈਤਿਕ ਅਭਿਆਸ ਦਾ ਮੰਤਵ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਮਨ ਬਚ ਕਰਮ ਦੀ ਨਿਰਮਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੀ ਮਿਹਰ ਦਾ ਭਾਗੀ ਥੀਣਾ ਹੈ।

ਪਰ ਇਕ ਗੱਲ ਯਾਦ ਰੱਖੀਏ ਕਿ ਧਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰ ਕੇ ਵੀ ਹਉਮੈ ਨਾ ਕੇਵਲ ਪੂਰੇ ਜਲਾਲ ਵਿਚ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਮੁੜ ਵਿਪਥ ਕਰਨ ਦੇ ਉਪਰਾਲੇ ਵੀ ਕਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਐਸੇ ਯਤਨਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਗੁਰੂ-ਕਿਰਪਾ ਦੀ ਬੜੀ ਲੋੜ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਭੀਤਿ ਕਰਾਰੀ

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ। ਕਦੇ ਵੇਖਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਤਦੇ ਉਸ ਨੂੰ ਦੂਰ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ। ਕਦੇ ਸੱਤਵੇਂ ਅਸਮਾਨ 'ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਵਾਸਾ ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਕਦੇ ਤਾਰਿਆਂ ਦੇ ਪਾਰ। ਦੂਰ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਵੇਖਿਆ ਨਹੀਂ। ਜੇ ਨੇੜੇ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਦਿੱਸ ਪੈਂਦਾ। ਪਰ ਜਦ ਕੋਈ ਬੁੱਲ੍ਹੇ ਸ਼ਾਹ ਵਰਗਾ ਬਰਮਲਾਅ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, "ਸ਼ਾਹ ਰਗ ਤੋਂ ਰੱਬ ਨੇੜੇ ਜਾਣ", ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਹੈਰਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, "ਸਾਨੂੰ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਦਿੱਸਦਾ?" ਸੰਤਾਂ ਭਗਤਾਂ ਦੀ ਗਵਾਹੀ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਮੰਨ ਤਾਂ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਹਾਜ਼ਰਾ-ਹਜ਼ੂਰ ਹੈ, ਪਰ ਅਸਾਂ ਉਸ ਦਾ ਭੇਦ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ:

ਹੈ ਨਿਕਟੇ ਅਰੁ ਭੇਦੁ ਨ ਪਾਇਆ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1139)*

ਇਉਂ ਲੋਕਾਈ ਦੋ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਵੰਡੀ ਪਈ ਹੈ - ਕੁਝ ਉਹ ਲੋਕ ਹਨ, ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਹਾਜ਼ਰਾ-ਹਜ਼ੂਰ ਵੇਖਦੇ, ਉਸ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਬਹੁਤੇ ਉਹ ਲੋਕ ਹਨ ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਦੂਰ ਮੰਨਦੇ ਹਨ:

ਗਾਵੈ ਕੋ ਜਾਪੈ ਦਿਸੈ ਦੂਰਿ॥
ਗਾਵੈ ਕੋ ਵੇਖੈ ਹਾਦਰਾ ਹਦੂਰਿ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨੇ 1-2)*

ਫਿਰ "ਸਾਨੂੰ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਦਿੱਸਦਾ?" ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਦੁਖ ਲੱਗਦਾ ਹੈ:

ਨਿਕਟਿ ਸੁਨਉ ਅਰੁ ਪੇਖਉ ਨਾਹੀ ਭਰਮਿ ਭਰਮਿ ਦੁਖ ਭਰੀਆ॥
ਹੋਇ ਕ੍ਰਿਪਾਲ ਗੁਰ ਲਾਹਿ ਪਾਰਦੋ ਮਿਲਉ ਲਾਲ ਮਨੁ ਹਰੀਆ॥
(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1209)

ਇਥੇ ਦੋ ਗੱਲਾਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਜਾਪਦੀਆਂ ਹਨ - ਇਕ ਇਹ ਕਿ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਸਾਡੇ ਬਹੁਤ ਨੇੜੇ, ਪਰ ਵਿਚ ਕੋਈ ਪਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜੀ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਇਹ ਕਿ ਉਹ ਪਰਦਾ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਹੀ ਹਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉੱਠਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਪਰਦਾ ਹੈ ਕੀ ਤੇ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ? ਇਸ ਦਾ ਉੱਤਰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਸਾਫ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੇਂਦੇ ਹਨ:

ਹਉ ਹਉ ਭੀਤਿ ਭਇਓ ਹੈ ਬੀਚੋ ਸੁਨਤ ਦੇਸਿ ਨਿਕਟਾਇਓ॥
ਭਾਂਭੀਰੀ ਕੇ ਪਾਤ ਪਰਦੋ, ਬਿਨੁ ਪੇਖੇ ਦੂਰਾਇਓ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 624)*

ਇਥੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਪਰਦਾ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰੀਤਮ

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜੀ ਬੈਠਾ ਹੈ, ਸਾਡੀ 'ਹਉਮੈ' ਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਪਰਦਾ ਹੈ ਬੜਾ ਸੂਖਮ – ਤਿੱਤਲੀ ਦੇ ਖੰਭ ਵਰਗਾ, ਪਰ ਹੈ ਕਰੜਾ, ਪੱਕੀ ਦੀਵਾਰ ਵਰਗਾ। ਇਹ ਤਾਂ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਗੱਲ ਹੋਈ ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਇਸਤਰੀ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਭਰਤਾ ਇੱਕੋ ਸੇਜ 'ਤੇ ਪਏ ਹੋਣ, ਪਰ ਦੋਹਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਹਉਮੈ ਦੀ ਇਕ ਕਰੜੀ ਕੰਧ ਖੜੀ ਹੋਵੇ:

ਧਨ ਪਿਰ ਕਾ ਇਕ ਹੀ ਸੰਗਿ ਵਾਸਾ ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਭੀਤਿ ਕਰਾਰੀ ॥

(ਮਲਾਰ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 1263)

ਇਸ ਨਾਲੋਂ ਵੱਡੀ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਹੋਰ ਕੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਥੋਂ ਇਹ ਕੰਧ ਟੁੱਟਦੀ ਨਹੀਂ ? ਇਹ ਕੰਧ ਟੁੱਟ ਤਾਂ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ।[1]

ਹਉਮੈ ਜਾਇ, ਤਾਂ ਦਰ ਵਾਇ

ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, 'ਅਲ ਹਿਲਾਜ ਮਨਸੂਰ' ਮਸ਼ਹੂਰ ਵਡਿੱਕਾ ਸੂਫ਼ੀ ਫ਼ਕੀਰ ਜੁਨੈਦ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਮੁਰਸ਼ਦ ਧਾਰਨ ਦੀ ਨੀਅਤ ਨਾਲ ਉਸ ਮਸਜਿਦ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ 'ਤੇ ਪੁੱਜਾ, ਜਿਥੇ ਜੁਨੈਦ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਉਥੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਉਸ ਨੇ ਬੂਹਾ ਖੜਕਾਇਆ। ਅੰਦਰੋਂ ਆਵਾਜ਼ ਆਈ, "ਕੌਣ ਹੈ ?" ਮਨਸੂਰ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮੈਂ ਅਲ ਹਿਲਾਜ !" ਅੰਦਰੋਂ ਫਿਰ ਆਵਾਜ਼ ਆਈ, "ਇਥੇ ਇੱਕੋ ਜੋਗੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ, ਬਾਹਰ ਬੈਠ ਜਾਓ।" ਮਨਸੂਰ ਮਸਜਿਦ ਦੇ ਬਾਹਰ ਦੀਵਾਰ ਨਾਲ ਲੱਗ ਕੇ ਬੈਠ ਗਿਆ। ਕਈ ਦਿਨ ਉਥੇ ਬੈਠਿਆਂ ਹੀ ਲੰਘ ਗਏ। ਲੋਕੀ ਮਸਜਿਦ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ-ਜਾਂਦੇ, ਪਰ ਮਨਸੂਰ ਬਾਹਰ ਹੀ ਬੈਠਾ ਰਹੇ। ਲੋਕਾਂ ਸੋਚਿਆ, ਕੋਈ ਮੋਚੀ ਇਥੇ ਆਣ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਸੋ ਜਦ ਆਪ ਅੰਦਰ ਜਾਣ ਲੱਗਦੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਜੁੱਤੀਆਂ ਉਸ ਕੋਲ ਰੋਗਨ (ਪਾਲਿਸ਼) ਕਰਨ ਜਾਂ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਨ ਲਈ ਛੋੜ ਜਾਂਦੇ। ਸੋ, ਮਨਸੂਰ ਉਥੇ ਜੁੱਤੀਆਂ ਗੰਢਣ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਇਵੇਂ ਗੁਜ਼ਰ ਗਏ, ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਮਸਜਿਦ ਅੰਦਰੋਂ ਕੋਈ ਆਵਾਜ਼ ਨਾ ਪਈ। ਮਨਸੂਰ ਨੂੰ ਏਡੀ ਲੰਮੀ ਉਡੀਕ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਵੀ ਭੁੱਲ ਗਿਆ। ਉਸ ਨੂੰ ਇਹੋ ਲੱਗਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਕਿ ਉਹ ਉਥੋਂ ਦਾ ਹੀ ਇਕ ਮੋਚੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਖ਼ਬਰੇ ਕਿਤਨਾ ਚਿਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਹੋਰ ਗੁਜ਼ਰ ਗਏ, ਫਿਰ ਇਕ ਦਿਨ ਜੁਨੈਦ ਆਪ ਬਾਹਰ ਆਇਆ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਲੱਗਾ, "ਕਈ ਚਿਰ ਹੋਇਆ, ਕਿਸੇ ਮੈਨੂੰ 'ਵਾਜ਼ ਮਾਰੀ ਸੀ, ਕੀ ਉਹ ਤੂੰ ਸੈਂ ?" ਮਨਸੂਰ ਅੱਗੋਂ ਬੋਲਿਆ, "ਇਥੇ ਤਾਂ ਹੁਣ ਹੈ ਕੋਈ ਨਹੀਂ।" ਜੁਨੈਦ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਸੀ ਉਸ ਨੂੰ ਆਵਾਜ਼ ਮਾਰਨ ਦਾ ਹੁਣ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਦੀ ਖ਼ੁਦੀ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਤਦੇ ਮੈਂ ਆਪ ਤੈਨੂੰ ਲੈਣ ਲਈ ਬਾਹਰ ਆਇਆ ਹਾਂ।"

ਅਧਿਆਤਮ ਦੇ ਪਾਂਧੀਆਂ ਲਈ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਮੱਧਮ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਾਪਤ ਕਰਨਾ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਜੜ੍ਹੋਂ ਪੁੱਟਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਜੇ ਕੋਈ ਲੇਸ ਵੀ ਬਚੀ ਰਹੇ ਤਾਂ ਭੁਲੇਖਾ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮੁੱਕ-ਚੁੱਕ ਜਾਏ

1. ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ ਹਉਮੈ ਭੀਤਿ ਤੋਰੀ ਜਨ ਨਾਨਕ ਮਿਲੇ ਬਨਵਾਰੀ ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 1263)*

ਤਾਂ ਹੀ ਦੂਈ ਦੇ ਭਰਮ ਭੁਲੇਖੇ ਨਵਿਰਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ 'ਇੱਕੋ' ਦੇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਦਾ ਸਬੱਬ ਬਣਦਾ ਹੈ:

ਖੁਦੀ ਮਿਟੀ ਚੂਕਾ ਭੋਲਾਵਾ ਗੁਰਿ ਮਨ ਹੀ ਮਹਿ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ਜੀਉ ॥

(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 104)

ਗੁਰੂ ਜੀ ਇਕ ਅਲੰਕਾਰ ਰਾਹੀਂ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਚੰਦਨ ਦੇ ਲਾਗੇ ਜੋ ਨਿੰਮ ਆਦਿ ਬਿਰਖ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਚੰਦਨ ਦੀ ਸੁਗੰਧ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਬਾਂਸ ਜੋ (ਹਉਮੈ ਵਾਂਗ) ਲੰਮ-ਸਲੰਮਾ ਉਪਰ ਅਸਮਾਨ ਵੱਲ ਨੂੰ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਵਿਚ ਚੰਦਨ ਦੀ ਰਤੀ ਭਰ ਵੀ ਸੁਗੰਧ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ।[2]

ਇਕ ਹੋਰ ਰੂਪਕ ਰਾਹੀਂ ਗੱਲ ਵਧੇਰੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਜਗਤ ਵਿਚ ਪੁਰਖ ਕੇਵਲ ਇਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੈ, ਬਾਕੀ ਸਭ ਉਸ ਦੀਆਂ ਨਾਰੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀਆਂ ਚਾਹਵਾਨ ਹਨ। ਇਕ ਸਖੀ (ਜਗਿਆਸੂ), ਦੂਜੀ ਸਖੀ (ਸਤਿਸੰਗੀ) ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ:

ਲਾਲਨੁ ਮੋਹਿ ਮਿਲਾਵਹੁ ॥ ਕਬ ਘਰਿ ਆਵੈ ਰੀ ॥
ਸੁਨਹੁ ਸਹੇਰੀ ਮਿਲਨ ਬਾਤ ਕਹਉ,
ਸਗਰੋ ਅਹੰ ਮਿਟਾਵਹੁ ਤਉ ਘਰ ਹੀ ਲਾਲਨੁ ਪਾਵਹੁ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 830)*

ਪਰ ਇਹ ਅਹੰ, ਇਹ ਖ਼ੁਦੀ ਮਿਟੇ ਕਿਵੇਂ ? ਇਹ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਸਦਕੇ ਹੀ ਮਿਟਦੀ ਹੈ।[3] ਜਦ ਵਿਚਾਲਿਓਂ ਇਸ ਦੀ ਕੰਧ ਗਿਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਪਿਆਰਾ ਪ੍ਰਭੂ ਪ੍ਰਤੱਖ ਦਿੱਸਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ:

ਆਪੇ ਨੇੜੈ ਦੂਰਿ ਆਪੇ ਹੀ ਆਪੇ ਮੰਝਿ ਮਿਆਨੁੋ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 25)*

ਇਉਂ ਜਦ ਹਉਮੈ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਪਰਮ ਪਦ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ[4], ਫਿਰ ਜਿਧਰ ਵੀ ਨਜ਼ਰ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਵਿਸਮਾਦ ਹੀ ਵਿਸਮਾਦ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ।[5]

ਹਉਮੈ ਨਾਵੈ ਨਾਲਿ ਵਿਰੋਧੁ ਹੈ

ਜਿਥੇ ਨਾਮ ਦਾ ਵਾਸਾ ਨਹੀਂ, ਉਥੇ ਹੀ ਹਉਮੈ ਪਨਪਦੀ ਹੈ। ਜਿਥੇ ਨਾਮ ਆ ਜਾਵੇ, ਉਥੇ ਹਉਮੈ ਟਿੱਕ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ। ਇਹ ਵੱਡੇ ਮਹੱਤਵ ਵਾਲੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸੱਚਾਈ ਹੈ। ਜੇ ਕੋਈ ਪੁਰਖ ਹਉ-ਰਹਿਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਉਹ ਪੁਰਖਤਾ-ਹੀਣਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਹਉਂ-ਰਹਿਤ ਪੁਰਖ ਹੀ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕ ਪੁਰਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਵਿਹੀਣ ਹੋਣਾ ਹੱਕੋਂ ਹੀਣਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੇ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਹੱਕ ਲਈ ਡੱਟਦਾ ਵੀ ਹੈ।

---

2. ਮੈਲਾਗਰ ਸੰਗੇਣ ਨਿੰਮੁ ਬਿਰਖ ਸਿ ਚੰਦਨਹ ॥
ਨਿਕਟਿ ਬਸੰਤੋ ਬਾਂਸੋ ਨਾਨਕ ਅਹੰ ਬੁਧਿ ਨ ਬੋਹਤੇ ॥ *(ਗਾਥਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1360)*
3. ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਉਮੈ ਜਾਏ ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 114)*
4. ਹਉਮੈ ਜਾਇ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਈਐ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 226)*
5. ਵਿਸਮਾਦੁ ਨੇੜੈ ਵਿਸਮਾਦੁ ਦੂਰਿ ॥ ਵਿਸਮਾਦੁ ਦੇਖੈ ਹਾਜਰਾ ਹਜੂਰਿ ॥
(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 464)

ਜੇ ਲੋੜ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਐਵੇਂ ਨਹੀਂ ਬਿਦਦਾ ਫਿਰਦਾ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਨੁਮਾਇਸ਼ ਕਰਨੀ ਦਰਕਾਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸ ਦੀ ਉਹ ਕਦੇ ਲੋੜ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਡਰ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਉਸ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰ ਲਵੇਗੀ ਜਾਂ ਢਾਹ ਲਵੇਗੀ।

ਇਕ ਵਾਰਤਾ ਬਾਬਾ ਸਾਹਿਬ ਸਿੰਘ ਜੀ ਬੇਦੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਇਥੇ ਵੀਚਾਰ-ਸੰਗਤ ਹੈ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਦਾ ਪੰਥ ਵਿਚ ਬੜਾ ਉੱਘਾ ਸਥਾਨ ਸੀ – ਇਤਨਾ ਕਿ ਮਹਾਰਾਜਾ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਪਾਸੋਂ ਰਾਜ ਤਿਲਕ ਲਗਵਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਪਰ ਜੋ ਵਾਰਤਾ ਅਸੀਂ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ ਹਾਂ, ਉਸ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਚਿਰ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਹੈ, ਜਦ ਮੁਗ਼ਲ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਿਰ ਦੀ ਕੀਮਤ ਲਾਈ ਹੋਈ ਸੀ ਤੇ ਉਹ ਇਕ ਜੰਗਲ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ ਤੇ ਇਕ ਗੁੰਗੀ ਬੋਲੀ ਲੜਕੀ ਦੀ ਪਾਲਨਾ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਮਾਪੇ ਉਮਰ ਭਰ ਦਾ ਬੋਝ ਸਮਝ ਕੇ ਉਸੇ ਜੰਗਲ ਵਿਚ ਸੁੱਟ ਆਏ ਸਨ। ਉਹ ਲੜਕੀ ਹੁਣ ਜਵਾਨ ਹੋ ਗਈ ਸੀ ਤੇ ਬਾਬੇ ਦੀ ਦੇਖ-ਭਾਲ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਈ ਸੀ। ਇਕ ਪਠਾਣ ਫ਼ੌਜਦਾਰ ਬਾਬੇ ਦੀ ਸੂਹ ਲੈਂਦਾ, ਉਥੇ ਆ ਪਹੁੰਚਾ, ਪਰ ਬਾਬੇ ਦੇ ਆਚਰਣ ਦੀ ਉੱਚਤਾ ਵੇਖ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮਾਰ ਨਾ ਸਕਿਆ। ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ, ਉਸ ਦੀ ਝੁੱਗੀ ਵਿਚ ਹੀ ਰਾਤ ਕੱਟਣ ਲਈ ਮੰਨ ਗਿਆ। ਸਵੇਰੇ ਜਦ ਉਹ ਇਜਾਜ਼ਤ ਲੈ ਕੇ ਪਰਤਣ ਲੱਗਾ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਉੱਚੀ ਚੀਕਣ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਆਈ। ਉਹ ਫ਼ੌਜਦਾਰ ਭੱਜ ਕੇ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਿਆ ਤਾਂ ਦੋ ਆਦਮੀ ਉਸ ਗੂੰਗੀ ਬੋਲੀ ਲੜਕੀ ਨੂੰ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਖਿੱਚ ਕੇ ਆਪਣੇ ਊਠ ਵੱਲ ਲਈ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਟੁੱਟ ਪਿਆ, ਪਰ ਉਹ ਦੋ ਜਣੇ ਉਸ 'ਤੇ ਭਾਰੂ ਸਨ। ਇਤਨੇ ਵਿਚ ਬਾਬਾ ਜੀ ਵੀ ਨਿਕਲ ਆਏ, ਤਦ ਇਕ ਜਣਾ ਤਾਂ ਭੱਜ ਗਿਆ ਤੇ ਬਾਬੇ ਨੇ ਦੂਜੇ ਜਣੇ ਨੂੰ ਢਾਹ ਲਿਆ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਛਾਤੀ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਬਹਿ ਗਿਆ। ਉਸ ਆਦਮੀ ਨੇ ਹੇਠੋਂ ਬਾਬੇ ਦੇ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਥੁੱਕ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਕਿਹਾ, "ਹੁਣ ਜੋ ਤੇਰਾ ਜੀ ਕਰਦੈ ਕਰ ਲੈ।" ਬਾਬੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਜੋ ਕੁਕਰਮ ਤੂੰ ਕਰਨ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੈਂ, ਉਸ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਮੌਤ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਤੇ ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਛੱਡਣਾ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਪਰ ਤੂੰ ਜੋ ਮੇਰੇ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਥੁੱਕ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਹੁਣ ਜੇ ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਮਾਰਿਆ ਤਾਂ ਸਮਝਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਦਾ ਬਦਲਾ ਲੈਣ ਹਿੱਤ ਤੈਨੂੰ ਮਾਰਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਗੱਲ ਮੇਰੇ ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਜਾ ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਛੱਡਿਆ, ਇਹ ਫ਼ੌਜਦਾਰ ਜਿਵੇਂ ਚਾਹੇ ਤੇਰੇ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠ ਲਵੇਗਾ।"

ਇਹ ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਹਉਂ ਦੀ ਮੁਕੰਮਲ ਸਿਧਾਈ ਕਰ ਲਈ ਹੋਈ ਸੀ। ਇਹ ਨਾਮ ਦੇ ਆਸਰੇ ਸੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਬਾਬਾ ਹਰ ਵੇਲੇ ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਜੁਟਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ।

ਜਿਥੇ ਹਉਮੈ ਹੋਵੇ, ਉਥੇ ਸੱਚ ਅਲੋਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਸੱਚ ਵਰਤ ਜਾਏ, ਉਥੇ ਹਉਮੈ ਨਹੀਂ ਖੜੋ ਸਕਦੀ। ਇਕ ਵਾਰ ਸੱਚ ਵਰਤ ਜਾਏ ਤਾਂ ਫਿਰ ਸੱਚ ਤੋਂ ਪਰਤਿਆ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਕ ਛੇਕੜ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਓੜਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ:

ਹਉ ਮੈ ਕਰੀ ਤਾਂ ਤੂ ਨਾਹੀ ਤੂ ਹੋਵਹਿ ਹਉ ਨਾਹਿ ॥
ਬੂਝਹੁ ਗਿਆਨੀ ਬੂਝਣਾ ਏਹ ਅਕਥ ਕਥਾ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥
(ਵਾਰ ਮਾਰੂ, ਮ: ੧, ਪੰਨੇ 1092-93)

ਹਰ ਹਉਮੈ ਰੱਬ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ 'ਤੇ ਖਲੋਤੀ ਤਾਂ ਜਾਪਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੀ ਕਿ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਨਾਲ 'ਮੈਂ' ਆਖਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਕੇਵਲ ਰੱਬ ਪਾਸ ਹੈ, ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਪਾਸ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਕੇਵਲ ਰੱਬ ਹੀ 'ਇਕ' ਹੈ। ਹਉਮੈ ਤਾਂ 'ਦੂਈ' ਵਾਲੀ ਵਸਤ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਦੂਈ ਦੇ ਬੰਧਨ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਨਾਮ ਅੰਦਰ ਆਣ ਵੱਸਦਾ ਹੈ :

ਬੰਧਨ ਤੂਟੇ ਇਕੁ ਨਾਮੁ ਵਸਾਂਇ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 831)*

ਜਿਹੜੇ ਗੁਰਮੁਖ ਦੁਤੀਆ ਭਾਉ ਚੁਕਾ ਕੇ ਇਕ ਨਾਮ ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹੋ ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ :

ਸੇ ਜਨ ਪਰਵਾਣੁ ਹੋਏ ਜਿਨ੍ਹੀ ਇਕੁ ਨਾਮੁ ਦਿੜਿਆ ਦੁਤੀਆ ਭਾਉ ਚੁਕਾਇਆ ॥
(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 441)

ਹੈ ਕੋਈ ਐਸਾ ਹਉਮੈ ਤੋਰੈ

ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਮਾਰਨਾ ਕੋਈ ਸੌਖਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ। ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਹੋੜਨ ਦੀ ਵਾਹਲ ਚੁੱਕਣੀ ਵੀ ਕੋਈ ਆਸਾਨ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਬੜੀ ਬਿਖੜੀ, ਖੰਡੇਧਾਰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ।[6] ਕੋਈ ਬਹਾਦਰ ਸੂਰਬੀਰ ਹੀ ਇਸ ਨਾਲ ਜੂਝਣ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਰੱਖਦਾ ਹੈ :

ਨਾਨਕ ਸੋ ਸੂਰਾ ਵਰੀਆਮੁ ਜਿਨਿ ਵਿਚਹੁ ਦੁਸਟੁ ਅਹੰਕਰਣੁ ਮਾਰਿਆ ॥
(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 86)

ਇਸ ਦੁਸ਼ਟ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰਨ ਲਈ ਗਿਆਨ ਦੀ ਖੜਗ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ। ਮਨ ਨਾਲ ਲੜਨ ਲਈ ਇਹੋ ਸ਼ਸਤਰ ਕੰਮ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ :

ਗਿਆਨ ਖੜਗੁ ਲੈ ਮਨ ਸਿਉ ਲੂਝੈ ਮਨਸਾ ਮਨਹਿ ਸਮਾਈ ਹੇ ॥
(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1022)

ਇਸੇ ਖੜਗ ਨਾਲ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਉਪਜੇ ਦੁਤੀਆ-ਭਾਵ ਨੂੰ ਸਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਖੜਗ ਕੇਵਲ ਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ :

ਗੁਰ ਤੇ ਗਿਆਨੁ ਪਾਇਆ ਅਤਿ ਖੜਗੁ ਕਰਾਰਾ ॥
ਦੂਜਾ ਭ੍ਰਮੁ ਗੜੁ ਕਟਿਆ ਮੋਹੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰਾ ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1087)*

ਇਥੇ ਗਿਆਨ ਤੋਂ ਭਾਵ ਸਾਧਾਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਵਾਸਤਵਿਕਤਾ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵੇਖਣ ਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਸੋਚਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਜੋ ਵਸਤਾਂ ਪਈਆਂ ਹਨ, ਨਾ ਉਹ ਸਦੀਵ-ਕਾਲੀ ਹਨ, ਨਾ ਨਿਗਰ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਯਥਾਰਥਕ ਹੈ। ਇਹ ਗਿਆਨ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਛਿੰਨ-ਭੰਗਰ ਸੰਸਾਰਕ ਸੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਸਦੀਵੀ ਸੁਖ ਮੰਨ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਆਪਣੇ ਸੰਸਾਰਕ ਸੁੱਖਾਂ ਲਈ

---

6. ਮਾਨ ਮੋਹ ਮੇਰ ਤੇਰ ਬਿਬਰਜਿਤ ਏਹੁ ਮਾਰਗੁ ਖੰਡੇ ਧਾਰ ॥ *(ਦੇਵਗੰਧਾਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 534)*

ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਦੁਖ ਦੇਣੋਂ ਵੀ ਨਹੀਂ ਝਕਦੇ। ਇਹ ਅਗਿਆਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਥਿਰ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਦੇ ਸਾਨੂੰ ਹਉਮੈ ਦੀ ਥਿਰਤਾ ਦਾ ਭਰਮ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਅਗਿਆਨ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਗਿਆਨ-ਖੜਗ ਨਾਲ ਹੀ ਕੱਟਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਧਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਇਸ ਭਰਮ ਨੂੰ ਤੋੜ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਭਰਮ ਬੜਾ ਮਿੱਠਾ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਬਾਣੀ ਇਹ ਵਿਅੰਗਮਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉਠਾਲਦੀ ਹੈ:

ਹੈ ਕੋਈ ਐਸਾ ਹਉਮੈ ਤੋਰੈ ॥
ਇਸੁ ਮੀਠੀ ਤੇ ਇਹੁ ਮਨੁ ਹੋਰੈ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 212)*

ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਸੁਆਰਥ ਉਪਜਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਪਰਮਾਰਥ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਸੁਆਰਥੀ ਮਨੁੱਖ ਹਉਮੈ ਦੇ ਚੁੰਗਲ 'ਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਰਾਹ ਸੋਚਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਸੁਆਰਥੀ ਬੁੱਧੀ ਨਾਲ ਕੇਵਲ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਵੰਨਤੀ (ਗਿਰਾਵਟ) ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਕਈ ਵਾਰ ਪਦਾਰਥਕ ਅਵੰਨਤੀ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਇਕ ਆਦਮੀ ਗੁਜ਼ਰ ਗਿਆ ਤੇ ਜਮਦੂਤ ਉਸ ਨੂੰ ਧਰਮਰਾਜ ਦੇ ਲੈ ਗਏ। ਉਥੇ ਉਸ ਦਾ ਹਿਸਾਬ-ਕਿਤਾਬ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਪਾਪਾਂ ਤੇ ਪੁੰਨਾਂ ਦਾ ਲੇਖਾ ਬਰਾਬਰ ਬਰਾਬਰ ਨਿਕਲਿਆ। ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਗਿਆ, ਉਹਨੂੰ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਸੁਰਗ ਤੇ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਨਰਕ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਪਿਆ ਕਰੇਗਾ ਤੇ ਪੁੱਛਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਸੁਰਗ ਵਿਚ ਜਾਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਨਰਕ ਵਿਚ। ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਨੂੰ ਦੋਵੇਂ ਥਾਵਾਂ ਦਿਖਾ ਦੇਵੋ, ਦੇਖ ਕੇ ਮੈਂ ਦੱਸ ਦਿਆਂਗਾ ਮੈਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਥੇ ਰਹਿਣਾ ਏ। ਸੋ ਉਸ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਨਰਕ ਦਿਖਾਉਣ ਲੈ ਗਏ। ਉਸ ਦਾ ਖ਼ਿਆਲ ਸੀ ਕਿ ਨਰਕ ਵਿਚ ਲੋਕ ਅੱਗਾਂ ਵਿਚ ਸੜਦੇ, ਪਾਣੀਆਂ ਵਿਚ ਡੁੱਬਦੇ ਹੋਣਗੇ। ਪਰ ਉਸ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਗ਼ਲਤ ਨਿਕਲਿਆ। ਉਹ ਤਾਂ ਇਕ ਆਲੀਸ਼ਾਨ ਇਮਾਰਤ ਸੀ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਅੰਦਰ ਵੜਦਿਆਂ ਹੀ ਬੜਾ ਵੱਡਾ ਖਾਣੇ ਦਾ ਕਮਰਾ ਸੀ। ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਲੰਮੇ ਚੌੜੇ ਮੇਜ਼ ਉਪਰ ਵੱਡੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਤਸ਼ਤਰੀਆਂ ਵਿਚ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨੇ ਸੁਆਦਿਸ਼ਟ ਖਾਣੇ। ਨਾਲ ਦੋ ਦੋ ਗਜ਼ ਲੰਮੇ ਚਮਚੇ ਤੇ ਛੁਰੀਆਂ ਕਾਂਟੇ। ਪਰ ਖਾ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਸੀ ਰਿਹਾ। ਉਸ ਬੰਦੇ ਨੇ ਜਮਦੂਤ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ, "ਇਹ ਖਾ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ?" ਤਾਂ ਜਮਦੂਤ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਕਿਉਂਕਿ ਇਥੇ ਹੁਕਮ ਹੈ ਕਿ ਚਮਚਿਆਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਪਿੱਛੋਂ ਹੀ ਪਕੜ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅੱਗੋਂ ਨਹੀਂ ਤੇ ਪਿੱਛੋਂ ਪਕੜ ਕੇ ਦੋ ਦੋ ਗਜ਼ ਲੰਮੇ ਚਮਚਿਆਂ ਆਦਿ ਨਾਲ ਕੌਣ ਖਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਸੋ ਇਹ ਲੋਕ ਵੇਖਦੇ ਹਨ, ਤਰਸਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਖਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ।"

ਫਿਰ ਉਸ ਆਦਮੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮੈਨੂੰ ਸੁਰਗ ਵੀ ਦਿਖਾ ਦਿਓ।" ਤਦ ਉਹ ਜਮਦੂਤ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਰਗ ਵਿਖਾਲਣ ਲੈ ਗਿਆ। ਉਥੇ ਵੀ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਲੀਸ਼ਾਨ ਇਮਾਰਤ ਸੀ। ਓਡਾ ਹੀ ਵੱਡਾ ਖਾਣੇ ਦਾ ਕਮਰਾ, ਵੱਡੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਤਸ਼ਤਰੀਆਂ, ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਚਮਚੇ ਆਦਿ, ਪਰ ਲੋਕ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਨ ਤੇ ਸਭ ਖਾਣਾ ਖਾ ਰਹੇ ਸਨ। ਉਹ ਹੈਰਾਨ ਹੋਇਆ ਕਿ ਇਹ ਲੋਕ ਖਾਣਾ ਖਾ ਕਿਵੇਂ ਰਹੇ ਹਨ ? ਉਸ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਇਥੇ ਸ਼ਾਇਦ ਚਮਚੇ ਆਦਿ ਅੱਗੋਂ ਪਕੜਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੋਣੀ ਹੈ। ਪਰ ਚਮਚੇ ਸਭ ਨੇ ਪਿੱਛੋਂ ਹੀ ਪਕੜੇ ਹੋਏ ਸਨ। ਜਦ ਉਸ ਨੇ ਗਹੁ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਕੀ ਵੇਖਿਆ ਮੇਜ਼ਾਂ

ਦੇ ਉਰਲੇ ਪਾਸੇ ਬੈਠੇ ਲੋਕ ਪਰਲੇ ਪਾਸੇ ਬੈਠੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖੁਆਲ ਰਹੇ ਹਨ ਤੇ ਪਰਲੇ ਪਾਸੇ ਵਾਲੇ ਉਰਲਿਆਂ ਨੂੰ।

ਵੇਖੋ, ਸੁਆਰਥੀ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਸੁਆਰਥ ਕਰਕੇ ਹੀ ਨਰਕ ਵਿਚ ਪਏ ਹੋਏ ਦੁਖੀ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਪਰ ਨਰਕ ਵਿਚ ਪੈ ਕੇ ਵੀ ਸੁਆਰਥ ਛੋੜ ਨਹੀਂ ਸਨ ਸਕਦੇ। ਪਰ ਜੋ ਲੋਕ ਸੁਆਰਥ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਹੋਰਨਾਂ ਦਾ ਭਲਾ ਸੋਚਦੇ ਹਨ, ਉਹੀ ਸੁਰਗ ਦੇ ਭਾਗੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸੁਖੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਪਰਾਇਆ ਭਲਾ ਸੋਚਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਵਿਰਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਸੁਰਗ ਵਿਚ ਬੰਦੇ ਘੱਟ ਸਨ। ਸੁਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਫਸਿਆ, ਇਹ ਸੋਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰੇ।

ਹਉਮੈ ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ ਸਥੂਲ ਤੇ ਕਰੜਾ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ, ਤਦੇ ਤਾਂ ਭੀੜੇ ਮੁਕਤਿ-ਦੁਆਰੇ ਵਿੱਚੋਂ ਸਾਡਾ ਲੰਘਣਾ ਅਸੰਭਵ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਨਾਨਕ ਮੁਕਤਿ ਦੁਆਰਾ ਅਤਿ ਨੀਕਾ ਨਾਨ੍ਹਾ ਹੋਇ ਸੁ ਜਾਇ ॥
ਹਉਮੈ ਮਨੁ ਅਸਥੂਲੁ ਹੈ ਕਿਉ ਕਰਿ ਵਿਚੁ ਦੇ ਜਾਇ ॥

(ਵਾਰ ਗਉੜੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 509)

ਸਚ ਕਾਲ ਕੂੜ ਵਰਤਿਆ

ਬਾਹਲੇ ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਅਰਥ ਹੀ ਬੀਤਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਰਥਿਕ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਆਹਰੇ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਸਾਰਥਿਕ ਬਣਾਉਣਾ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਆਪਣੇ ਵੱਸ ਵਿਚ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵੱਲੋਂ ਦਾਨ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅੰਦਰ ਉਤਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੁ ਅੰਦਰ ਡੂੰਘੇ ਉਤਰ ਕੇ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸਨਮੁਖ ਹੋ ਕੇ ਇਹ ਦਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕੀਏ।

ਪਰ ਅੱਜ ਦੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਇਸ ਪਾਸੇ ਲੱਗਣ ਵਿਚ ਬੜੀ ਬਾਧਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਦੀ ਹਵਾ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਉਲਟ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਮਕਾਲੀ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਅਰਦਾਸ ਨਾਲ ਬਹੁਤਿਆਂ ਦੀ ਵਾਕਫ਼ੀ ਹੀ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਸੋ ਨਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਰੁਝਾਣ ਹੀ ਇਸ ਪਾਸੇ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਹ ਇਸ ਪਾਸੇ ਲੱਗਣ ਵਿਚ ਕੋਈ ਲਾਭ ਹੀ ਵੇਖਦੇ ਹਨ। ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਅਰਦਾਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਹ ਮਾਨਵਵਾਦ ਤਕ ਹੀ ਆਪਣਾ ਰੁਝਾਣ ਸੀਮਿਤ ਰੱਖਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਮਾਨਵਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਸੱਚਾ ਪਿਆਰ ਕੇਵਲ ਉਹੋ ਹੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਿਮਰਨ-ਅਰਦਾਸ ਰਾਹੀਂ ਇਸ ਪਾਸੇ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਹੋਵੇ। ਐਸੇ ਅਭਿਆਸ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਬੰਦਾ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੇ ਸੱਚੇ ਆਪੇ ਅਥਵਾ ਜੀਵਾਤਮਾ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਕਿਸੇ ਦੁਖ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਹੀ ਅਰਦਾਸ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਹਰ ਕੋਈ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਹੀ ਦੁਖ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਦੇ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਲੱਗੀਏ ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਬੰਦਾ ਸਹੀ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਸੁਖੀ ਮਿਲੇ। ਸ਼ੇਖ਼ ਫ਼ਰੀਦ ਜੀ ਅਨੁਸਾਰ :

ਫਰੀਦਾ ਮੈ ਜਾਨਿਆ ਦੁਖੁ ਮੁਝ ਕੂ ਦੁਖੁ ਸਬਾਇਐ ਜਗਿ ॥
ਊਚੇ ਚੜਿ ਕੈ ਦੇਖਿਆ ਤਾਂ ਘਰਿ ਘਰਿ ਏਹਾ ਅਗਿ ॥

(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1382)

ਇਸ ਤੋਂ ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਸੱਚਮੁੱਚ ਅੰਦਰੋਂ ਸੁਖੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਕੋਈ ਐਸਾ ਮਨੁੱਖ ਹੈ, ਜੋ ਸੁਖ ਵਿਚ ਵੀ ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਅਰਦਾਸ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸੀ ਹੈ।

ਅਜੋਕੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਬੇਗਾਨਗੀ

ਅੱਜ ਦਾ ਮਨੁੱਖ ਸੱਚਮੁੱਚ ਬੇਗਾਨਾ ਹੋਇਆ ਪਿਆ ਹੈ – ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਵੀ, ਹੋਰਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਤੇ ਆਪਣੇ ਇਸ਼ਟ-ਦੇਵ ਤੋਂ ਵੀ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਬੇਗਾਨਗੀ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਉਸ ਦੀ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਅਨੁਸਾਰ ਨਹੀਂ ਜੀਵੀ ਜਾ ਰਹੀ, ਸਗੋਂ ਬੇਗਾਨਿਆਂ ਦੇ ਘੜੇ ਹੋਏ ਨੇਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਵੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ – ਜਾਂ ਫਿਰ ਉਹ ਬਿਲਕੁਲ ਬੇ-ਨੇਮਾ ਹੋ ਕੇ ਹੀ ਜੀ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਤੇ ਉਹ ਤਾਂ ਨਿੱਪਟ ਅਨੇਮੀ ਹੈ ਜਾਂ ਗ਼ੁਲਾਮ, ਜੋ ਪਰਾਈ ਚਾਕਰੀ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ:

ਆਪਿ ਭੁਲਾ ਕਿ ਪ੍ਰਭਿ ਆਪਿ ਭੁਲਾਇਆ॥
ਇਹੁ ਜੀਉ ਵਿਡਾਣੀ ਚਾਕਰੀ ਲਾਇਆ॥

(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 161)

ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜੋ ਕੁਝ ਮੌਲਿਕ ਜਾਂ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੈ ਵੀ ਸੀ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਤਲਾਂਜੀ ਬੈਠਾ ਹੈ ਤੇ ਨਿਰੀ ਵਿਡਾਣੀ ਚਾਕਰੀ ਦੀ ਧਿੱਕਾਰਯੋਗ ਵੇਗਾਰ ਕੱਟ ਰਿਹਾ ਹੈ।[1]

ਹੋਰਾਂ ਤੋਂ ਬੇਗਾਨਗੀ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਤਨਾ ਸ੍ਵੈ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਦੁਖ-ਸੁਖ ਬਾਰੇ ਹੀ ਖੱਪਦਾ ਹੈ, ਹੋਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਨਿੱਪਟ ਬੇਪ੍ਰਵਾਹ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਸੱਚੇ ਤੇ ਸੁੱਚੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਉਹ ਕਿਸੇ ਦਾ ਨਚਾਇਆ ਪੁਤਲੀਆਂ ਦੇ ਨਾਚ ਵਰਗਾ ਨਾਚ ਨੱਚੀ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਅਸਤਿਤਵ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੀ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਆਪਣੀ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਝਾਕ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਆਪਣੀ ਆਤਮਾ ਦੀ ਥਹੁ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦਾ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਕਿਥੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ? ਉਹ ਰੱਬ ਨਾਲ ਮੇਲ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਤੋਂ ਵੀ ਕਾਸਰ ਹੈ। ਸੱਚ ਵੱਲੋਂ, ਰੱਬ ਵੱਲੋਂ, ਬੇਮੁੱਖ ਹੋ ਕੇ ਉਹ ਸਿੱਧਾ ਬਾਂਝ ਨਿਹੋਂਦ ਵੱਲ ਭੱਜਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਉਂ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੀ 'ਆਧੁਨਿਕ' ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਝਾਕਣ ਦੇਂਦੀ ਹੈ, ਨਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠਣ ਦਾ ਸਾਹਸ ਹੀ ਛੋੜਦੀ ਹੈ। ਐਸਾ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਅੱਗੇ ਆਪਣਾ ਦਿਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਖੋਲ੍ਹ ਸਕਦਾ, ਨਾ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਸੁਹਿਰਦਤਾ ਨਾਲ ਵਾਰਤਾਲਾਪ ਹੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬੇਗਾਨਾਪਨ ਸਹੇੜ ਕੇ ਸੁੰਗੜੀ ਹੋਈ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀਣ ਜੋਗਾ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਰਸ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦਾ। ਮਾਇਆਵੀ ਲੋਭਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਪਰਾਈ ਘਾਲ ਘਾਲੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਛੋਡਿ ਬਿਖਿਆ ਲੋਭਾਣੇ ਸੇਵਾ ਕਰਹਿ ਵਿਡਾਣੀ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 31)

ਇਉਂ ਉਹ ਮਕਸਦ-ਹੀਣ ਲੋਕਾਈ ਦਾ ਬੇ-ਮਕਸਦ ਭਾਗ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤਾ ਉਹ ਸਮਾਜ ਦੇ ਘੜੇ ਹੋਏ ਤੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤੇ ਭਰਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਜੀਵੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਹੋਰ ਵਿਡਾਣੀ ਚਾਕਰੀ ਧ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵਣੁ ਧ੍ਰਿਗੁ ਵਾਸੁ॥ *(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 586)*

ਅੱਜ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ ਭਰਮਾਂ ਵਿਚ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦਾ ਭਰਮ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਹੈ। ਇਸ ਨੇ ਐਸਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਰੱਬ ਦੀ ਲੋੜ ਹੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਉਹ ਤਾਂ ਐਸਾ ਵਿਅਕਤੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਪਲ ਪਲ ਭੁਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੈਣ ਤੋਂ ਆਕੀ ਹੋ ਖਲੋਂਦਾ ਹੈ। ਨਾ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਹੀ ਸੋਚ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਹੋਰਾਂ ਬਾਰੇ। ਉਹ ਤਾਂ ਨਿੱਤ ਦਿਨ ਦੀ ਪੱਧਰੀ ਨਿਰੱਸ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੀ ਜੀ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਹਿਲਜੁਲ ਉਹ ਇਸ ਲਈ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੁ ਜਿਉਂਦੇ ਹੋਣ ਦਾ ਭਰਮ ਕਾਇਮ ਰੱਖ ਸਕੇ। ਅੰਦਰੋਂ-ਬਾਹਰੋਂ ਉਹ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਤੇ ਵਪਾਰਵਾਦ ਦੇ ਸਿਰਜੇ ਭਰਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜਿਊਣ ਜੋਗਾ ਹੀ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦਾ ਪੁਜਾਰੀ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਉਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਕੋਈ ਝੂਠਾ ਨਕਾਬ ਪਹਿਨੀ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਲੁਕੋਈ ਕੇਵਲ ਸਤਹੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੀ ਜੀਵਨ ਜੀਵੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰੰਗ-ਰਸ ਹੀਣ ਹੋਇਆ, ਬੇਗਾਨਗੀ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਮਨ ਤੇ ਤਨ ਦੋਵੇਂ ਭੰਗ ਕਰੀ ਬੈਠਾ ਹੈ:

ਮਨਮੁਖ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਣਾ ਨਾ ਤਿਸੁ ਰੰਗੁ ਹੈ ॥
ਮਰਸੀ ਹੋਇ ਵਿਡਾਣਾ ਮਨਿ ਤਨਿ ਭੰਗੁ ਹੈ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 752)*

ਉਹ ਇਹ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦਾ ਕਿ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਮਨੁੱਖ ਵਾਸਤੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਮਨੁੱਖ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਵਾਸਤੇ ਨਹੀਂ। ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਤੇ ਵਪਾਰਵਾਦ ਦੇ ਸੰਗਠਨ ਨੇ ਮਨੁੱਖੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਗੰਭੀਰਤਾ ਤੇ ਸਚਿਆਰਤਾ ਮਨਫ਼ੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਅਜੋਕੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਤੇ ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਖ਼ਰੀਦਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚੋਂ ਮਨੁੱਖ ਤਾਂ ਹੀ ਉਭਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਆਪਣੇ ਅਸਲ ਅਸਤਿਤਵ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰ, ਆਪਣੇ ਸ੍ਰੋਤ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਦਰਸ਼ ਨੂੰ ਪਛਾਣੇ। ਯਾਦ ਰੱਖੀਏ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਸ੍ਰੋਤ ਵੀ ਤੇ ਆਦਰਸ਼ ਵੀ ਕੇਵਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੈ। ਕੁਝ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲੋਂ ਜੇ ਉਹ ਕੁਝ ਥੀਣ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਹੀ ਉਹ ਇਸ ਘੋਰ ਬੇਗਾਨਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲ ਸਕੇਗਾ, ਜਿਸ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਨਿਰਾ ਗ਼ੁਲਾਮ ਬਣਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਘੋਰ ਅਪ੍ਰਮਾਣਿਕ ਦਸ਼ਾ

ਬੇਗਾਨਗੀ ਨਾਲ ਮਿਲਦੀ-ਜੁਲਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਅਜੋਕੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਅਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਦੀ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ, ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਦਾ ਵੀ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ। ਇਸ ਭੌਂਦਲਾਹਟ ਵਿਚ ਉਹ ਦਿਲ ਵੀ ਛੋੜ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਅਪਰੋਖਤਾ ਵਾਪਰ ਗਈ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਵੀ ਗੁਆ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਗਹਿਰਾਈ ਤੇ ਰੂਹਾਨੀ ਸਚਿਆਰਤਾ ਦੀ ਘਾਟ ਵਾਪਰੀ ਪਈ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਸੰਗਠਨਤਾ ਤੇ ਏਕਤਾ ਤੋਂ ਸਖਣਾਇਆ ਹੋਇਆ ਉਹ

ਮਨ-ਭਰਮਾਊ (psychedelic) ਦਵਾਈਆਂ ਵਰਤ ਕੇ ਕੂੜ-ਤਸੱਲੀ ਜਿਹੀ ਵਿਹਾਜਣ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਸੱਚੀ ਏਕਾਗਰਤਾ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਤਾਂ ਅੰਤਰ- ਧਿਆਨਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਤੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹੋ ਸੁਭਾਗੇ ਯਤਨ ਅਜੋਕੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਘਾਲਨਾ ਵਿੱਚੋਂ ਉੱਜੜ ਗਏ ਹਨ।

ਅੱਜ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਹਾਲਤ ਬਾਰੇ ਬੜੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉੱਠ ਰਹੇ ਹਨ। ਮਨੁੱਖ ਕੁਦਰਤ ਵੱਲੋਂ ਬੇਲਾਗ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਮਾਣਨ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਦਾ ਹੱਜ ਉਠਾਉਣ ਜੋਗਾ ਉਸ ਦੇ ਪਾਸ ਨਾ ਸਮਾਂ ਹੀ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਰੁਝਾਣ ਹੀ। ਅਮਾਨਵਤਾ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਉਪਰ ਆਪਣਾ ਠੱਪਾ ਲਾ ਗਈ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਕੋਲ ਬਹਿ ਕੇ ਆਪਣਾ ਦਿਲ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੀ ਜਾਚ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਭੁੱਲ ਗਈ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਤਾਂ ਹੁਣ ਕੰਪਿਊਟਰ ਨਾਲ ਕੰਪਿਊਟਰ ਤੇ ਮੋਬਾਇਲ ਨਾਲ ਮੋਬਾਇਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ ਹੈ।

ਮੁਹੱਬਤ ਉਠ ਗਈ ਹੈ, ਕਾਮ ਤੇ ਕਾਮਨਾ ਨੇ ਉਸ ਦਾ ਅਸਥਾਨ ਮੱਲ ਲਿਆ ਹੈ। ਸਦਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਗਈ ਹੈ, ਸੋ ਹਿੰਸਾ ਭੜਕ ਪਈ ਹੈ। ਜਿਧਰ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰੋ, ਆਤੰਕ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ, ਜੰਗਾਂ ਭੜਕ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਇਸ ਅੱਗ ਨੂੰ ਬੁਝਾਉਣੋਂ ਕਾਸਰ ਹੈ। ਸਗੋਂ ਜੇ ਅੱਗ ਇਕ ਪਾਸਿਓਂ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਦੂਜੇ ਪਾਸਿਓਂ ਉਸ ਉਪਰ ਤੇਲ ਛਿੜਕਣ ਦਾ ਕੁ-ਵਿਵਹਾਰ ਹੱਥ ਲਈ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਐਸੀ ਕ੍ਰੂਰ ਹਿੰਸਾ ਵੀ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ ਧਰਮ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਧਰਮਾਂ ਨੂੰ ਬੱਦੂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਥਾਂ ਥਾਂ ਭੜਕੀ ਹਿੰਸਾ ਕਾਰਨ ਬੜੇ ਲੋਕ ਆਪਣਾ ਵਤਨ ਛੋੜਨ 'ਤੇ ਮਜਬੂਰ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਬੇਵਤਨ ਹੋਏ ਧਾਰਮਿਕ ਆਗੂ ਹੋਰਾਂ ਦੀ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਸਾਧਨ ਬਣਨ ਦੀ ਥਾਂ ਆਪਣੀ ਮੁਕਤੀ ਭਾਲ ਰਹੇ ਹਨ। ਸੋ ਧਰਮਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭੁਤਾ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਪਈ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਧਰਮ ਦੇ ਅਨੁਯਾਈ ਵੀ ਬੇਵਤਨ ਹੋਏ, ਦੂਜੇ ਧਰਮਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਣ ਲੱਗੇ ਹਨ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਈ ਨਤੀਜੇ ਨਿਕਲੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਧਰਮ ਵਿਚ ਹੋਰ ਕੱਟੜ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਕੁਝ ਉਸ ਦੀਆਂ 'ਨਵੇਕਲੀਆਂ' ਸੱਚਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਸੰਸੇ ਵਿਚ ਪੈ ਗਏ ਹਨ। ਕੁਝ ਇਹ ਨਤੀਜਾ ਕੱਢਦੇ ਹਨ ਕਿ ਧਰਮ ਮਨੁੱਖਤਾ ਲਈ ਨਿੱਪਟ ਬੇਫ਼ਾਇਦਾ ਹੈ, ਕੇਵਲ ਕਲ੍ਹਾ ਜਗਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਸੋਚਣ ਲੱਗੇ ਹਨ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਹੀ ਰੂਹਾਨੀ ਤਾਲੀਮ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਮੌਜੂਦਾ ਧਰਮਾਂ ਪਾਸ ਐਸੀ ਸਲਾਹੀਅਤ ਹੈ ਨਹੀਂ। ਉਹ ਧਰਮਾਂ ਦੇ ਪਰਸਪਰ ਵਾਰਤਾਲਾਪ ਥਾਣੀ ਕੋਈ ਗਠਜੋੜ ਸਿਰਜਨ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਹਾਲੇ ਤਕ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੁਰਦਸ਼ਾ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਕੋਈ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕ ਰਾਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ।

ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਸਮਤੋਲਾਂ ਵਿਚ ਵਿਗਾੜ

ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਭਉ ਮੌਤ ਦਾ ਭਉ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਪੂਰਬੀ ਧਰਮਾਂ ਨੇ

ਆਵਾਗਵਣ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ ਮੰਨਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਇਕ ਜੀਵਨ ਸਮਾਪਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦੂਜਾ ਆਰੰਭ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਮੌਤ ਦਾ ਡਰ ਇਤਨਾ ਭਿਆਨਕ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ, ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਜੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਵੈਰਾਗ ਕਮਾ ਲਿਆ ਹੋਵੇ। ਪਰ ਪੱਛਮ ਦੇ ਸਾਮੀ ਧਰਮਾਂ ਵਿਚ ਮਰਨ ਬਾਦ ਮਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਰੂਹ ਆਖ਼ਰਤ ਦੇ ਦਿਨ ਤਕ ਕਿਤੇ ਭਟਕਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਆਖ਼ਰਤ ਦੇ ਦਿਨ ਦਾ ਕੋਈ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਦ ਆਵੇ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਹਿਸਾਬ ਹੋਵੇ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਉਸ ਨੂੰ ਸਜ਼ਾ ਜਾਂ ਜਜ਼ਾ ਨਸੀਬ ਹੋਵੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਹਾਲ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੀ ਆਖ਼ਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬਾਦ ਵਿਚ ਤਾਂ ਹਨੇਰਾ ਹੀ ਹਨੇਰਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਰੂਹ ਨੇ ਆਖ਼ਰਤ ਦੇ ਦਿਨ ਦੀ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਵਿਚ ਭਟਕਦੇ ਫਿਰਨਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੀ ਆਖ਼ਰੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਕ ਤਾਂ ਮੌਤ ਦਾ ਡਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜੇ, ਇਸ ਸਿਧਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਹਾਲ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਮਕਾ ਸਕਣ ਦੇ ਯਤਨ ਜ਼ਰੂਰੀ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।

ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪੂਰਬੀ ਦੇਸਾਂ ਉਪਰ ਪੱਛਮੀ ਦੇਸਾਂ ਦਾ ਰਾਜ ਬੜਾ ਲੰਮਾ ਅਰਸਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਨਾਲੇ ਪੱਛਮੀ ਦੇਸਾਂ ਦਾ ਅੰਤਰ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੰਸਥਾਨਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਬੜਾ ਬੋਲ-ਬਾਲਾ ਹੈ। ਸੋ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲਿਆ ਜਾਣਾ ਕੁਦਰਤੀ ਸੀ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰੋਗਾਂ ਕਾਰਨ ਮੌਤ ਛੇਤੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲੱਭਣ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ।

ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਇਹ ਸੱਚ ਭੁੱਲ ਗਏ ਕਿ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਬੜਾ ਸਹੀ ਸਮਤੋਲ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੇ ਸਾਡੇ ਪਾਸ ਇਕ ਗੋਲਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਇਕ ਦੀਵਾ ਤੇ ਅਸੀਂ ਭਾਵੇਂ ਗੋਲੇ ਨੂੰ ਕਿਤੇ ਲੈ ਜਾਈਏ, ਭਾਵੇਂ ਦੀਵੇ ਨੂੰ ਵੀ ਕਿਤੇ ਹੋਰ, ਅੱਧਾ ਗੋਲਾ ਰੌਸ਼ਨੀ ਵਿਚ ਰਹੇਗਾ ਤੇ ਬਾਕੀ ਅੱਧਾ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ। ਐਸਾ ਸਮਤੋਲ ਹੀ ਜਨਮ ਤੇ ਮਰਨ ਵਿਚਾਲੇ ਹੈ, ਨਰ ਤੇ ਮਦੀਨ ਵਿਚਾਲੇ ਹੈ, ਦਿਨ ਤੇ ਰਾਤ ਵਿਚਾਲੇ ਹੈ। ਚੀਨੀ ਲੋਕ ਇਸ ਨੂੰ ਯਿਨ ਤੇ ਯਾਂਗ ਦੇ ਬਿੰਬ ਰਾਹੀਂ ਨਿਰੂਪਦੇ ਹਨ। ਐਸੇ ਸਮਤੋਲ ਦਾ ਜੇ ਇਕ ਪਾਸਾ ਉਲਾਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਦੂਜਾ ਪਾਸਾ ਅਵੱਸ਼ ਨੀਵਾਂ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਸੱਚ ਨੂੰ ਅੱਖੋਂ ਉਹਲੇ ਕਰ ਕੇ ਆਯੂ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਉੱਤੇ ਸਾਰਾ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਕੰਮ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਮਿਲ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਧਰਤੀ ਦੀ ਵਸੋਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰ ਬੁੱਢੇ ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ ਵਸੋਂ ਬੜੀ ਵੱਧ ਗਈ। ਤਦ ਜਾਪਣ ਲੱਗਾ ਕਿ ਧਰਤੀ ਇਤਨੀ ਸ਼ਿੱਦਤ ਨਾਲ ਵੱਧਦੀ ਆਬਾਦੀ ਨੂੰ ਝੱਲ ਨਹੀਂ ਸਕੇਗੀ। ਤਾਂ ਸਾਇੰਸਦਾਨਾਂ ਨੇ ਬੱਚੇ ਜੰਮਣ ਉੱਤੇ ਸੰਜਮ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਸਾਧਨ ਕੱਢਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੇ। ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਨਿਕਲਿਆ ਕਿ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਬੁੱਢਿਆਂ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਤਾਂ ਵਧਦੀ ਗਈ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਭਣ ਤੇ ਝੱਲਣ ਵਾਲੇ ਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਘਟਦੀ ਗਈ। ਇਸ ਅਸਮਤੁਲਨ ਕਾਰਨ ਨਾ ਬੁੱਢਿਆਂ ਪਾਸ ਸਿਹਤ ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਪਰਮਾਰਥ ਸੁਆਰਨ ਦੇ ਯਤਨ ਹੀ ਕਰ ਸਕਣ ਤੇ ਨਾ ਬੱਚਿਆਂ ਪਾਸ ਹੀ ਇਤਨੀ ਸ਼ਮਤਾ ਤੇ ਇਤਨਾ ਸਮਾਂ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਵੀ ਸਹੀ ਦੇਖ-ਭਾਲ ਕਰ ਸਕਣ।

ਕੇਵਲ ਡਾਕਟਰੀ ਸਾਇੰਸ ਨੇ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਇਸ ਮੋੜ 'ਤੇ ਲਿਆ ਖਿਲਾਰਿਆ

ਹੈ। ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਅਜੇ ਵੀ ਸਾਇੰਸ ਦਾ ਮੁੱਦਈ ਹੋਇਆ ਖਲੋਤਾ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਉਹ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰੱਬ ਪਾਸ ਤਾਂ ਮੌਤ ਦਾ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਸਾਇੰਸ ਸ਼ਾਇਦ ਕੋਈ ਖੋਜ ਕੱਢੇ। ਅਜੇ ਵੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਈ ਕਿ ਰੱਬ ਦੇ ਬਣਾਏ ਸਮਤੁਲਨ ਵਿਚ ਸਾਇੰਸ ਜੋ ਦਖ਼ਲ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਐਟਮ ਬੰਬ ਉਸ ਦੀ ਇਕ ਮਿਸਾਲ ਹੈ। ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ, ਧਰਤੀ ਦੇ ਧੁਰਿਆਂ ਉੱਤੇ ਜੰਮੇ ਮਹਾਂ ਬਰਫ਼ ਤੋਦਿਆਂ ਦਾ ਪਿਘਲਾਉ ਤੇ ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਨਿੱਤ ਉੱਚਿਆਂ ਹੋਈ ਜਾਣਾ, ਅੱਧ-ਅਸਮਾਨੀ ਤਣੀ ਓਜ਼ੋਨ ਦੇ ਸਾਇਬਾਨ ਵਿਚ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਮਘੋਰਾ, ਇਹ ਸਭ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਵੀ ਤੇ ਧਰਤੀ ਲਈ ਵੀ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੋਈ ਅਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਕਿ ਧਰਤੀ ਆਪਣੇ ਉਪਰੋਂ ਚੰਮ-ਚਿੱਚੜ ਰੂਪ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦਿਨ ਆਪਣੇ ਤਨ ਤੋਂ ਝਾੜ ਕੇ ਪਰ੍ਹੇ ਸੁੱਟ ਦੇਵੇ। ਐਸੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਕੋਈ ਰੱਬ ਹੀ ਬਚਾਅ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਰੱਬ ਨੂੰ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਬੇਦਖ਼ਲ ਕਰੀ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਕਿਸੇ ਰੱਬ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ।

ਦਾਰੂ ਭੀ ਇਸੁ ਮਾਹਿ - 1

ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਹਉਮੈ ਬਾਰੇ ਜੋ ਸਲੋਕ ਵਾਰ ਆਸਾ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ[1], ਉਸ ਦੀ ਇਕ ਬੜੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪੰਕਤੀ ਹੈ:

ਹਉਮੈ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ ਹੈ ਦਾਰੂ ਭੀ ਇਸੁ ਮਾਹਿ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 466)

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਸ ਪੰਕਤੀ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਨ ਹੋਰ ਕਿਤੇ ਕੀਤਾ ਨਹੀਂ ਜਾਪਦਾ। ਇਸ ਪੰਕਤੀ ਦੇ ਦੋ ਅਰਥ ਸੰਭਵ ਹਨ – ਇਕ ਤਾਂ ਜੋ ਇਸ ਇਕੱਲੀ ਤੁਕ ਨੂੰ ਲਈਏ ਤਾਂ ਅਰਥ ਇਹ ਨਿਕਲੇਗਾ ਕਿ ਹਉਮੈ ਜੋ ਮਹਾਂ ਦੀਰਘ ਰੋਗ ਹੈ, ਆਪਣਾ ਦਾਰੂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਲਈ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਅਰਥ ਅਗਲੀਆਂ ਦੋ ਤੁਕਾਂ ਨੂੰ ਨਾਲ ਰੱਖਿਆਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੂਜੇ ਅਰਥ ਬਾਰੇ ਅੱਗੇ ਚੱਲ ਕੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਾਂਗੇ। ਇਥੇ ਪਹਿਲੇ ਅਰਥ ਨੂੰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਵਿਚਾਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ 'ਹਉਮੈ' ਆਪ ਹੀ ਰੋਗ ਤੇ ਆਪ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਦਾਰੂ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ? ਇਸ ਵਿਰੋਧਾਭਾਸ ਬਾਰੇ ਖ਼ੁਲਾਸੀ ਵਿਚਾਰ ਦਰਕਾਰ ਹੈ।

ਵਿਰੋਧਾਭਾਸ ਵਿਚ ਤਰਕਵਾਨ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਤਾਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਵਿਰੋਧ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਜ਼ਰੀਏ ਨਾਲ ਵੇਖਿਆਂ ਉਹ ਵਿਰੋਧ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 'ਰੋਗ' ਤੇ 'ਦਾਰੂ' ਤਰਕ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਪਰਸਪਰ ਵਿਰੋਧ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਹਨ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ 'ਮਹੁਰਾ' ਤੇ 'ਦਾਰੂ' ਵੀ ਵਿਰੋਧਾਭਾਸੀ ਪਦ ਹਨ। ਮਹੁਰਾ ਜਾਨ ਲੈ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦਾਰੂ ਜਾਨ ਬਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਠੀਕ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿਚ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਮਾਇਆ ਹੋਇਆ ਮਹੁਰਾ ਵੀ ਦਾਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਾਂ ਕੀ ਇਹ ਵੀ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਕਿ ਜਦ ਹਉਮੈ ਵਿਚਾਰਵਾਨ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਰੋਗ ਦੀ ਥਾਂ ਦਾਰੂ ਹੋ ਜਾਵੇ ?

ਕਿਸੇ ਵੀ ਰੋਗ ਦੇ ਸਮਾਧਾਨ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਸੋਝੀ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਤਕ ਇਹ ਸੋਝੀ ਨਾ ਆਵੇ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਰੋਗ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਹਾਂ, ਉਸ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਦਾ ਸਾਧਨ ਵੀ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ। ਮਨੁੱਖ ਅਨਜਾਣਿਆਂ ਹੀ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਬਿਖਿਆਵਾਂ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ

---

1. ਹਉਮੈ ਏਹਾ ਜਾਤਿ ਹੈ ਹਉਮੈ ਕਰਮ ਕਮਾਹਿ ॥ ਹਉਮੈ ਏਈ ਬੰਧਨਾ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਜੋਨੀ ਪਾਹਿ॥
ਹਉਮੈ ਕਿਥਹੁ ਊਪਜੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਇਹ ਜਾਇ॥ ਹਉਮੈ ਏਹੋ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਪਇਐ ਕਿਰਤਿ ਫਿਰਾਹਿ॥
ਹਉਮੈ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ ਹੈ ਦਾਰੂ ਭੀ ਇਸੁ ਮਾਹਿ॥ ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਜੇ ਆਪਣੀ ਤਾ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਕਮਾਹਿ॥
ਨਾਨਕੁ ਕਹੈ ਸੁਣਹੁ ਜਨਹੁ ਇਤੁ ਸੰਜਮਿ ਦੁਖ ਜਾਹਿ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 466)

ਸਚੇਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।[2] ਇਸ ਲਈ ਹਉਮੈ ਰੋਗ ਦੀ ਨਵਿਰਤੀ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਪਰ, ਜਾਣੂ ਹੋਣਾ ਕਿਸ ਨੇ ਹੈ ? ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਕਿਸ ਦੇ ਪੱਲੇ ਹੈ ? ਸਾਡੇ ਚਿੰਤਨ ਦੇ ਪੱਲੇ ਤਾਂ ਇਕ ਵਿਚਾਰ ਵੀ ਐਸਾ ਨਹੀਂ, ਜੋ ਹਉਮੈ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਹਉਮੈ ਰੋਗ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਵੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨਕਾਰ ਦੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦਰਕਾਰ ਹੋਵੇਗੀ। ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਤਾਂ ਹਰ ਸੂਰਤ ਹਉਮੈ ਨੇ ਹੀ ਉਠਾਲਣਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਹਉਮੈ ਘੱਟ ਹੀ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਪੇ ਦਾ ਮਦ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਆਪੇ ਦਾ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਇਸ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਹੁਤ ਕਰ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਰਾਏ ਉਪਰ ਹੀ ਆਧਾਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕਦੇ ਨਾ ਕਦੇ ਇਸ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਨਿਰਪੱਖ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਵੀ ਜਾਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕਦੇ ਐਸਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਪ੍ਰਾਣੀ ਗਿਆਨ ਖੜਗ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਜੂਝਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[3] ਜਦ ਤਕ ਮਨ ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਗ੍ਰਸਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਦ ਤਕ ਉਸ ਨੂੰ ਧੰਧੇ-ਧਾਵਣੀ ਤੋਂ ਫ਼ੁਰਸਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ। ਜਦ ਗਿਆਨ ਉਪਜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਮਨ ਨੂੰ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਬਹਾਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।[4] ਦਰਅਸਲ ਜਦ ਮਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੀ ਭਟਕਣਾ ਦੀ ਸੋਝੀ ਜਾਗਦੀ ਹੈ, ਤਦ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਝਗੜਾ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਹੀ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਵੀ।[5] ਤਦ ਮਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਚੰਚਲਤਾ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਇਕਥੇ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਬਹਾਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸਫਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਉਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋਏ ਮਨ ਨੇ ਅਸਾਧ ਮਨ ਨੂੰ ਸਾਧ ਲਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ :

ਏਹੁ ਮਨੁ ਮਾਰਿਆ ਨਾ ਮਰੈ ਜੇ ਲੋਚੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥
ਨਾਨਕ ਮਨ ਹੀ ਕਉ ਮਨੁ ਮਾਰਸੀ ਜੇ ਸਤਿਗੁਰੁ ਭੇਟੈ ਸੋਇ ॥

(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1089)

ਜਦੋਂ ਮਨ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਧੰਧੇ-ਧਾਵਣੀ ਵੀ ਨਾਲ ਹੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[6] ਧਾਵਣਾ ਮੁਕ ਗਿਆ ਤਾਂ ਸਮਝੋ ਹਉਮੈ ਦਾ ਪਰਿਤਿਆਗ ਵੀ ਨਾਲ ਹੀ ਹੋ ਗਿਆ। ਜਦ ਅਹੰਬੁਧੀ ਉੱਠ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ

---

2. ਅਨਜਾਨਤ ਬਿਖਿਆ ਮਹਿ ਰਚੈ ॥
ਜੇ ਜਾਨਤ ਆਪਨ ਆਪ ਬਚੈ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 277)*
3. ਗਿਆਨ ਖੜਗੁ ਲੈ ਮਨ ਸਿਉ ਲੂਝੈ ਮਨਸਾ ਮਨਹਿ ਸਮਾਈ ਹੇ ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1022)*
4. ਗਿਆਨ ਕਾ ਬਧਾ ਮਨੁ ਰਹੈ... ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 469)*
5. ਮਨ ਹੀ ਨਾਲਿ ਝਗੜਾ ਮਨ ਹੀ ਨਾਲਿ ਸਥ... ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 87)*
6. ਮਨੁ ਮਾਰੇ ਧਾਤੁ ਮਰਿ ਜਾਇ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੩, ਪੰਨਾ 159)*

ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ ਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਪੁੱਛਦੀ ਹੈ, "ਮੈਂ ਕੌਣ ਹਾਂ?" "ਮੇਰਾ ਅਸਲਾ ਕੀ ਹੈ?" ਐਸੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਬਿਬੇਕ ਉਠਾਲਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਦੀ ਖੋਜ ਵਿਚ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਇਸ ਨਿੱਤ ਬਦਲਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਕੌਣ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ 'ਮੈਂ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਇਹ ਮਨ ਹੈ? ਪਰ ਮਨ ਵੀ ਮੇਰੇ ਅਖ਼ਤਿਆਰ ਵਿਚ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਸਗੋਂ ਮੈਨੂੰ ਹੀ ਭਜਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਭਾਵੇਂ ਕਿਤਨਾ ਵੀ ਵਰਜਦਾ ਹਾਂ, ਇਹ ਭੈੜੇ ਪਾਸੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਹੱਟਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ।

ਪਰ ਕੀ ਮੇਰੀ 'ਮੈਂ' ਸੱਚਮੁੱਚ ਕੋਈ ਪਰਿਵਰਤਨ-ਮੁਕਤ ਵਸਤੂ ਹੈ ਜਾਂ ਇਕ ਮਨੋਕਲਪਿਤ ਭਰਮ-ਬਿੰਦੂ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਮੇਰੇ ਅਨੁਭਵ ਆਪਣਾ ਨਾਤਾ ਆਣ ਗੰਢਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੁ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਕਰਣ ਸਮਝ ਆ ਸਕੇ? ਜੇਕਰ ਹਉਮੈ ਇਹੋ ਕੁਝ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਮਨ ਦੇ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਭਰਮ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਇਉਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨਸ਼ੀਲ ਹੋਈ ਹਉਮੈ ਜਦ ਦਿਆਨਤਦਾਰੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਆਰੰਭਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਭਰਮ ਹੋਣ ਦੇ ਸਿੱਟੇ 'ਤੇ ਹੀ ਅਪੜਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਉਂ ਆਪਣੀ ਰੋਗਾਤਮਿਕਤਾ ਦਾ ਦਾਰੂ ਬਣ ਨਿਬੜਦੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਮਾਯੂਸੀ ਤੇ ਜਿਗਿਆਸਾ ਦਾ ਉਭਾਰ

ਜਦ ਜਗਿਆਸੂ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਉਮੈ ਅਸਲ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਨਹੀਂ, ਕੇਵਲ ਇਕ ਨਕਾਬ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਸੋਚਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਇਸ ਨੂੰ ਸੱਚ ਸਮਝ ਕੇ ਇਸ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਤੇ ਵਪਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦ ਤਕ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਵਿਹਾਰ ਤੇ ਵਪਾਰ ਤਕ ਹੀ ਸੀਮਿਤ ਰੱਖੀਏ, ਤਦ ਤਕ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਕੰਮ ਸਾਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤਕਲੀਫ਼ ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਫੇਰ ਵੀ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ – ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਜਤਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਝਗੜ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਲੋਭ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਕ੍ਰੋਧ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਕਾਰ-ਵਿਹਾਰ ਚਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਹਰ ਬੰਦਾ ਇਸ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸਮਝਦਾ ਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਏਕੀਕਰਣ ਕਰੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਦ ਕਾਰ-ਵਿਹਾਰ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਸੋਚਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਕਾਰਾਮਦ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਸੰਸੇ ਵਿਚ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਾਰ-ਵਿਹਾਰ ਕਰ ਲਿਆ, ਪੈਸਾ ਕਮਾ ਲਿਆ, ਖ਼ਰਚ ਵੀ ਲਿਆ, ਸੁਖ-ਸੰਪਤੀ ਵੀ ਬਣਾ ਲਈ, ਪੈਸਾ ਜਮ੍ਹਾਂ ਵੀ ਕਰ ਲਿਆ, ਹੁਣ ਇਹ ਹੋਰ ਹੋਰ ਵਧੀ ਵੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੋਏ ਦਾ ਕਰਨਾ ਕੀ ਹੈ? ਹੋਰ ਵੱਡੇ ਵਪਾਰ ਵਿਚ ਲਗਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਸੂਦ 'ਤੇ ਕਰਜ਼ ਦੇ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਪੈਸਾ ਤਾਂ ਬੇਅੰਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਕਰਨਾ ਕੀ ਹੈ? ਇਹ ਸੋਚ ਕੇ ਬੇ-ਆਰਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਓਦੋਂ ਜਦੋਂ ਇਹ ਪੈਸਾ ਵਿਕਾਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਐਸੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਜਾਂ ਉਹ ਕੇਵਲ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਇਸ ਦੁਖ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਰਾਹ ਭਾਲਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਮਾਇਆ ਇਕੱਠੀ ਕਰਨ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਉਸ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸੁੱਝਦਾ ਨਹੀਂ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹੋ ਕੁਝ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਕਰਦਾ ਆਇਆ ਹੈ ਤੇ ਇਸੇ ਵਿਚ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਭਾਲਦਾ ਆਇਆ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਇਕ ਵਾਕਫ਼ਕਾਰ ਕੋਲ ਇਤਨਾ ਧਨ ਹੋ ਗਿਆ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪ ਨੂੰ ਵੀ ਪਤਾ ਨਾ ਰਿਹਾ ਕਿ ਕਿਤਨਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ? ਦੇਸ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਇਕ ਵੱਡੇ ਨੇਤਾ ਨੇ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਡੇਢ ਕਰੋੜ ਦਾ ਚੈੱਕ ਕੱਟ ਕੇ ਦੇ ਦਿੱਤਾ। ਪਰ ਹੁਣ ਉਹ ਸੋਚੀਂ ਪਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ ਕਿ ਇਸ ਬੇ-ਹਿਸਾਬੇ ਪੈਸੇ ਦਾ ਕਰੇ ਕੀ ? ਉਸ ਦੇ ਤਿੰਨ ਲੜਕੇ ਸਨ, ਤਿੰਨੇ ਹੀ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਲਤ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਸਨ ਤੇ ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਖਾ ਕੇ ਪਏ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਤਾਂ ਪੈਸਾ ਸੰਭਾਲਣ ਜੋਗੇ ਰਹੇ ਨਹੀਂ ਸਨ। ਮੈਂ ਪੁੱਛਿਆ, "ਤੇਰੇ ਲੜਕੀ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ?" ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, "ਇਕ ਲੜਕੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਪੈਸਾ ਉਸ ਨੂੰ ਦੇ ਦਿਆਂ ਤਾਂ ਪੈਸਾ ਪਰਾਏ ਘਰ ਚਲਾ ਜਾਏਗਾ।" ਆਪਣੀ ਲੜਕੀ ਨੂੰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਦੇ ਸਕਦਾ। ਮੈਂ ਕਿਹਾ, "ਫਿਰ ਦਾਨ ਕਰ ਦੇ !" ਕਹਿੰਦਾ, "ਉਸ ਜੋਗਾ ਦਿਲ ਕਿਥੋਂ ਲਿਆਵਾਂ ? ਦਾਨ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਰ ਸਕਦਾ।" ਮੈਂ ਕਿਹਾ, "ਤੂੰ ਕਰੋੜਾਂ ਨੇਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਦੇ ਦਿੱਤੇ, ਦਾਨ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ?" ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, "ਉਹ ਤਾਂ ਜੀ ਡੇਢ ਕਰੋੜ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਮਗਰੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਰਫ਼ਤ ਪੰਜ ਕਰੋੜ ਬਣਾ ਲਿਆ।" ਉਹ ਹਾਲੇ ਵੀ ਪੈਸੇ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਹੀ ਸੋਚ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਕਿਹਾ, "ਹੋਰ ਸਭ ਰਸਤੇ ਤਾਂ ਤੂੰ ਰੋਕ ਛੱਡੇ ਹਨ, ਕੇਵਲ ਇੱਕੋ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ।" ਉਸ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, "ਉਹ ਕਿਹੜਾ ?" ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਹਾ, "ਸਾਰਾ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਈਂ !" ਤਦ ਉਹ ਸੋਚੀਂ ਪੈ ਗਿਆ। ਝੱਟ ਕੁ ਨੂੰ ਬੋਲਿਆ, "ਇਹ ਪੈਸਾ ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਤੇ ਨਾਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਖੜ ਸਕਦਾ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਾਣ ਕਿਉਂ ਕਰਦਾ ਆਇਆ ਹਾਂ ?" ਜਾਪਦਾ ਸੀ ਉਸ ਦੇ ਮਾਣ ਨੂੰ ਸੱਟ ਵੱਜ ਗਈ ਸੀ। ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, "ਅੱਜ ਸਮਝ ਆਈ ਹੈ ਕਿ 'ਮੈਂ' ਤੇ 'ਮੇਰਾ' ਕਹਿਣਾ ਨਿਰਾ ਕੂੜ ਹੈ। ਜੋ ਮੈਂ ਖੱਟਿਆ-ਕਮਾਇਆ ਹੈ, ਸਭ ਕੂੜਾ ਹੋਇਆ ਪਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਮੈਂ ਅਜੇ ਵੀ ਸਿਵਾਏ ਹੋਰ ਕਮਾਉਣ ਦੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਸੋਚ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।" ਦਿੱਸ ਰਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਜੋ ਅੱਜ ਤਕ ਮਾਣ-ਮੱਤੀ ਹੋਈ ਆਈ ਸੀ, ਹੁਣ ਮਾਯੂਸ ਹੋਈ ਪਈ ਸੀ ਤੇ ਇਸ ਮਾਯੂਸੀ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸੋਚਾਂ ਵਿਚ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ।

ਐਸੀ ਸੋਚ ਖ਼ੁਸ਼ਕਿਸਮਤ ਬੰਦਿਆਂ ਵਿਚ ਮਾਯੂਸੀ ਦੇ ਬਾਦ ਜਗਿਆਸਾ ਜਗਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਸੋਚਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅਸਲ ਮਕਸਦ ਕੀ ਹੈ ? ਮੇਰੇ ਇਕ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਥਾਂ ਥਾਂ ਘਰ ਕਰ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਉਹ ਸ਼ਾਇਦ ਪੰਜ-ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਹੀ ਹੋਰ ਕੱਢੇ। ਉਹ ਸੋਚਣ ਲੱਗਾ, "ਪਿਛਲੀ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਤਾਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਮਕਸਦ ਦੇ ਗੁਆ ਲਈ, ਹੁਣ ਜੋ ਚਾਰ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਬਚੇ ਹਨ, ਇਹ ਤਾਂ ਸਕਾਰਥੇ ਕਰ ਲਈਏ। ਇਕ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਲੱਗਾ, "ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅਸਲ ਮਕਸਦ ਕੀ ਹੈ ?" ਉਸ ਕਿਹਾ, "ਮਕਸਦ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਮੈਂ ਆਪ ਉਸ ਨੂੰ ਕਮਾਇਆ ਨਹੀਂ।" "ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਦੱਸ, ਉਹ ਕੀ ਹੈ ?" "ਅਸਲ ਮਕਸਦ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਅਨੁਸਾਰ :

ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ ॥
ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ ॥
ਅਵਰਿ ਕਾਜ ਤੇਰੈ ਕਿਤੈ ਨ ਕਾਮ ॥
ਮਿਲੁ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ॥
ਸਰੰਜਾਮਿ ਲਾਗੁ ਭਵਜਲ ਤਰਨ ਕੈ ॥
ਜਨਮੁ ਬ੍ਰਿਥਾ ਜਾਤ ਰੰਗਿ ਮਾਇਆ ਕੈ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 12)*

ਪਰ ਹੈ ਇਹ ਔਖਾ ਕੰਮ।" "ਕੋਈ ਨਾ, ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਅਜੇ ਚਾਰ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਹਨ।" ਉਹ ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਸਾਲ ਲੰਘ ਗਿਆ, ਉਹ ਅਜੇ ਜਿਉਂਦਾ ਸੀ। ਫਿਰ ਇਕ ਦਿਨ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਉਹ ਚਲਾਣਾ ਕਰ ਗਿਆ। ਉਸ ਦੇ ਸੰਬੰਧੀ ਦੱਸਦੇ ਕਿ ਜਪੁ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਪਾਠ ਕਰ ਕੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕਿਆ ਤੇ ਫਿਰ ਸਿਰ ਨਹੀਂ ਚੁੱਕਿਆ। ਉਹ ਸੱਜਣ ਦੁਖ ਕਰ ਕੇ ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਅਰਦਾਸਾਂ ਦੇ ਪਾਸੇ ਲੱਗਾ ਸੀ, ਸੁਭਾਗਾ ਸੀ, ਸਫਲ ਹੋਇਆ।

ਮੈਨੂੰ ਤਦ ਇਕ ਦੋਹਾ ਚੇਤੇ ਆਇਆ :

ਦੁਖ ਮਹਿ ਸਭ ਸਿਮਰਨ ਕਰਹਿ ਸੁਖ ਮਹਿ ਕਰੇ ਨ ਕੋਇ।
ਜਉ ਸੁਖ ਮਹਿ ਸਿਮਰਨ ਕਰਹਿ ਦੁਖ ਕਾਹੇ ਕੋ ਹੋਇ।

ਹੱਦਬੰਦੀਆਂ ਤੋਂ ਚਿੜ

ਹਰ ਬੰਦੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਇਕ ਸਮਾਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਉਹ ਵਸਤੂ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਵੀ ਤਰੱਕੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਰੂਪ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਵੀ ਆਪਣਾ ਵਿਗਾਸ ਲੋਚਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਕੜਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮਾਇਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੌਖਾ। ਕੰਮ ਵਿਚ ਮੁਹਾਰਤ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਧਾਉਣੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਵਿੱਤ ਮੁਤਾਬਕ ਕੋਈ ਐਸਾ ਰਚਨਾਤਮਿਕ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਸੋਚਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਆਪਣੀ ਤੇ ਹੋਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਉਚੇਰੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਜੀਵੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਕਲਾ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ, ਲੇਖਕ ਬਣਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਸੰਸਥਾ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੁ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵਾਧਾ ਹੋ ਸਕੇ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਐਸੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਚ ਉੱਚੇ ਪਾਸੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਹੁੰਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਸੌਖੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਮਨਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਨਾਮਣਾ ਖੱਟਦੇ ਹੋ, ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਆਦਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਪਰ ਐਸੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਦੀ ਨਿਪੁੰਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਗਤਾ ਅਨੁਸਾਰ ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ ਇਸ ਕਾਰਜ ਦੀ ਸੀਮਾ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦੇ ਹੋ, "ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਕੀ ?" ਆਪਣੇ ਕਾਰਜਾਂ ਦੇ ਵਿਗਾਸ ਦੀ ਹੱਦਬੰਦੀ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਜਾਂ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਸਮਝੌਤਾ ਕਰ ਕੇ ਉਥੇ ਹੀ ਖਲੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸ ਹੱਦਬੰਦੀ ਤੋਂ ਚਿੜ ਕੇ ਅੱਗੇ ਵੱਲ ਪੁਲਾਂਘ ਪੁੱਟਣਾ

ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਥੇ ਆ ਕੇ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤਾਂ ਖੜੋਤ ਵਿਚ ਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਾਰਾ ਕੰਮ ਹਉਮੈਂ ਦੀ ਅਧੀਨਗੀ ਵਿਚ ਹੀ ਕਰਦਾ ਆਇਆ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੀਮਾ ਆ ਗਈ ਹੈ, ਸੋ ਉਹ ਵੀ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਜਾਂ ਤਾਂ ਉਹ ਤਰਲੋ-ਮੱਛੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਹਥਿਆਰ ਸੁੱਟ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਹਥਿਆਰ ਸੁੱਟਣ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਉਹ ਜੋ ਹੋ ਰਿਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਅੱਗੇ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਪੂਰਨ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਗੁਪਤ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਕਿਸੇ ਉਚੇਰੇ ਜਾਂ ਡੂੰਘੇਰੇ ਪਾਸੇ ਜਾ ਖੁੱਲ੍ਹਦੇ ਹਨ। ਤਦ ਕੋਈ ਐਸਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋਚਾ ਜਾਗਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਰਬ ਕਲਿਆਣ ਦਾ ਹੋਵੇ। ਐਸੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਸੁਆਰਥਹੀਣ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਢਿੱਲੀ ਪੈਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਉਸ ਦੇ ਕੰਮ ਦੀ ਲੋਕ-ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਹੋਣ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈਂ ਇਸ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁੜ ਸੁਰਜੀਤ ਹੋ ਖਲੋਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਪੂਰਾ ਸਫਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਵੀ ਨਾਲ ਹੀ ਉਤਪੰਨ ਹੋ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੋ ਹਉਮੈ ਦੀ ਨਵਿਰਤੀ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਦੈਵੀ ਮਿਹਰਾਂ ਮਤਿ ਵੀ ਨਾਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਦੇ ਮੁੜ ਜਾਗਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਕਤਈ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ।

ਵਿਸਤਾਰ ਰਾਹੀਂ ਨਕਾਰਤਾ

ਹਉਮੈ ਦਾ ਵਿਸਤਾਰ ਦੋ ਪ੍ਰਕਾਰ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ 'ਮੈਂ' ਤੋਂ 'ਮੇਰਾ' ਵੱਲ ਦਾ ਵਿਸਤਾਰ ਹੈ, ਜੋ ਵਸਤਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਂਦਾ ਅਥਵਾ ਕਬਜ਼ੇ ਵਿਚ ਲੈਣ ਦਾ ਸੂਚਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। "ਇਹ ਮੇਰਾ ਘਰ ਹੈ", "ਇਹ ਮੇਰੀ ਪਤਨੀ ਹੈ", "ਇਹ ਮੇਰਾ ਸਿਧਾਂਤ ਹੈ" ਇਤਿਆਦਿ। ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੈ ਹਉਮੈ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਇਹ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉਠਾਲ ਦੇਵੇ ਕਿ "ਮੇਰਾ ਕੀ ਕੁਝ ਹੈ ?" ਤਦ ਸੋਚ ਸਕਦੀ ਹੈ ਮੇਰਾ ਆਪਣਾ ਤਨ ਹੈ, ਮੇਰਾ ਆਪਣਾ ਮਨ ਹੈ, ਮੇਰੀ ਆਪਣੀ ਧਨ-ਸੰਪਤੀ ਹੈ, ਮੇਰਾ ਕੁਟੰਬ ਹੈ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮੇਰੀ ਹੈ...ਇਤਿਆਦਿ। ਪਰ ਜਦ ਬਿਬੇਕ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਤਾਂ ਨਾਸ਼ਮਾਨ ਹੈ[7], ਮਨ ਚਲਾਇਮਾਨ ਹੈ[8], ਧਨ-ਸੰਪਤੀ ਇਥੇ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਣੀ ਹੈ, ਨਾਲ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਜਾਣੀ[9], ਸਾਕ-ਸੰਬੰਧੀ ਸਾਰੇ ਸੁਖ ਦੇ ਸਾਥੀ ਹਨ[10], ਮੇਰਾ ਸੰਸਾਰ ਸਾਰਾ ਮਿਥਿਆ ਹੈ[11], ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਹਿੰਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਪਤਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ[12]। ਤਦ, "ਮੇਰਾ ਕੀ ਹੈ ?" ਦਾ ਪ੍ਰਸ਼ਨ "ਮੇਰਾ ਹੈ ਕੀ ?" ਵਿਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ

---

7. ਕਾਇਆ ਨਗਰੁ ਢਹੈ ਢਹਿ ਢੇਰੀ॥ *(ਮਾਰੂ ਸੋਲਹੇ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1052)*
8. ਮਨੁ ਚੰਚਲੁ ਧਾਵਤੁ ਫੁਨਿ ਧਾਵੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 222)*
9. ਧਨੁ ਧਰਨੀ ਅਰੁ ਸੰਪਤਿ ਸਗਰੀ ਜੋ ਮਾਨਿਓ ਅਪਨਾਈ॥
ਤਨ ਛੂਟੈ ਕਛੁ ਸੰਗਿ ਨ ਚਾਲੈ ਕਹਾ ਤਾਹਿ ਲਪਟਾਈ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 1231)*
10. ਸੁਖ ਮੈ ਆਨਿ ਬਹੁਤੁ ਮਿਲਿ ਬੈਠਤ ਰਹਤ ਚਹੂ ਦਿਸਿ ਘੇਰੈ॥
ਬਿਪਤਿ ਪਰੀ ਸਭ ਹੀ ਸੰਗੁ ਛਾਡਿਤ ਕੋਊ ਨ ਆਵਤ ਨੇਰੈ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 634)*
11. ਮਿਥਨ ਮੋਹ ਅਗਨਿ ਸੋਕ ਸਾਗਰ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 760)*
12. ਬਹਤੀ ਜਾਤ ਕਦੇ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਨ ਧਾਰਤ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 743)*

ਹੈ। "ਮੇਰਾ ਮੁਝ ਮਹਿ ਕਿਛੁ ਨਹੀ"[13] ਵਾਲੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉੱਠਦਾ ਹੈ, "ਜੇਕਰ ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਮੇਰਾ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਫਿਰ ਕਿਸ ਦਾ ਹੈ ?" ਇਸ ਸਾਰੇ ਕੁਝ ਦਾ ਮਾਲਕ ਤਾਂ ਕੋਈ ਐਸਾ ਅਸਤਿਤਵ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ "ਆਦਿ ਸਚੁ, ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ, ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ" ਹੋਵੇ – ਉਹੀ ਜੋ ਇਸ ਸਾਰੇ ਕੁਝ ਦਾ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖ ਵੀ ਆਪ ਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਨਾਲ "ਮੇਰਾ ਮੁਝ ਮਹਿ ਕਿਛੁ ਨਹੀ" ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਵਿਗਸ ਕੇ "ਜੋ ਕਿਛੁ ਹੈ ਸੋ ਤੇਰਾ" ਦਾ ਅਨੁਭਵ[14] ਹੋ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਖੁਰਾ ਭਾਲਦੀ ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਸਮਰਪਣ ਕਰ ਬੈਠਦੀ ਹੈ।

ਦੂਜੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਿਸਤਾਰ 'ਮੈਂ' ਤੋਂ 'ਅਸੀਂ' ਵੱਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੜਾ ਵਚਿੱਤਰ ਵਿਸਤਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਇਸ ਰਾਹੀਂ ਵੱਡੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਨਿੱਕੀ ਨਿੱਕੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵੱਡੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਹੋਰ 'ਹਉਮਿਆਂ' ਦਾ ਸੰਜੋਗ ਜੋੜ ਕੇ ਤੇ ਇਉਂ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਦਾ ਵਿਸਤਾਰ ਕਰ ਕੇ। ਪਰ, ਨਾਲ ਹੀ ਛੋਟੀ ਵੀ ਹੋਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਹੁਣ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਬੇਅੰਤ 'ਹਉਮਿਆਂ' ਦੇ ਸਮੂਹ ਵਿਚ ਇਕ ਇਕੱਲੀ 'ਹਉਮੈ' ਹੋ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਤਨਾ ਵੱਡਾ ਵਿਸਤਾਰ ਇਹ ਆਪਣਾ ਕਰ ਲਵੇ, ਇਹ ਆਪ ਨਿਸਬਤਨ ਉਤਨੀ ਹੀ ਛੋਟੀ ਛੋਟੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

'ਅਸੀਂ-ਪਨ' ਦਾ ਇਹ ਵਿਸਤਾਰਸ਼ੀਲ ਭਾਵ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਕਟੁੰਬ ਦੇ ਜੀਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਟੁੰਬ ਦੀ ਮਨੁੱਖੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਖ਼ਾਸ ਮਹੱਤਾ ਹੈ ਤੇ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਦੀ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਉਚੇਚੀ ਮਹਾਨਤਾ। ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਨੂੰ ਇਸੇ ਲਈ ਤਾਂ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਥੋਂ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਆਸ਼ਰਮ ਵੀ ਵਰੋਸਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ,[15] ਸਗੋਂ ਇਸ ਲਈ ਵੀ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਦੇ ਸੰਵਿਧਾਨ ਵਿਚ 'ਹਉਮੈ' ਨੂੰ ਸਾਧਣ ਦਾ ਅਵਸਰ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਟੁੰਬ ਅੰਦਰ ਪਿਆਰ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਜਿਥੇ ਪਿਆਰ ਪਨਪਦਾ ਹੈ, ਉਥੇ ਹਉਮੈ ਮੱਧਮ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਪਿਆਰ ਕੇਵਲ ਜੀਆਂ ਤਕ ਹੀ ਮਹਿਦੂਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਸ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਵਿਚ ਕਈ ਵਸਤੂਆਂ ਵੀ ਆ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੋਈ ਫੁੱਲ ਵੀ ਤਾਂ ਪਿਆਰਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਫੁੱਲ ਸਾਨੂੰ ਮਹਿਕ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਲੱਗਿਆਂ ਅਸੀਂ ਸੰਗਦੇ ਹਾਂ। ਕਬੀਰ ਜੀ ਨੇ ਮਾਲਣ ਨੂੰ ਫੁੱਲ ਤੋੜਦਿਆਂ ਵੇਖਿਆ ਤੇ ਕੂਕ ਉੱਠੇ :

ਪਾਤੀ ਤੋਰੈ ਮਾਲਿਨੀ ਪਾਤੀ ਪਾਤੀ ਜੀਉ ॥
ਜਿਸੁ ਪਾਹਨ ਕਉ ਪਾਤੀ ਤੋਰੈ ਸੋ ਪਾਹਨ ਨਿਰਜੀਉ ॥
ਭੂਲੀ ਮਾਲਨੀ ਹੈ ਏਉ ॥
ਸਤਿਗੁਰੁ ਜਾਗਤਾ ਹੈ ਦੇਉ ॥ *(ਆਸਾ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 479)*

---

13. ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1375.
14. *ਉਹੀ*।
15. ਇਸੁ ਭੇਖੈ ਥਾਵਹੁ ਗਿਰਹੋ ਭਲਾ ਜਿਥਹੁ ਕੋ ਵਰਸਾਇ॥ *(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 587)*

ਜਿਹੜਾ ਫੁੱਲ ਸਾਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਲੱਗਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਸਾਡੇ ਸਤਿਕਾਰ ਦਾ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਪੈਰਾਂ ਹੇਠ ਕਿਵੇਂ ਲਤਾੜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ? ਐਸਾ ਇਹਸਾਸ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਸਹੀ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਇਨਸਾਨ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਨਿੱਕੀ ਤੋਂ ਨਿੱਕੀ ਵਸਤ ਲਈ ਵੀ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਐਸਾ ਸਤਿਕਾਰ ਉਪਜੇ, ਇਹੋ ਵਿਸ਼ਵ ਮਿੱਤਰਤਾ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ। ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਕਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਆਦਮ ਦੇ ਦਿਲ ਤਕ ਸਭ ਕਾਸੇ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ ਜਾਗੇ ਤਾਂ ਇਹ ਸੱਚਮੁੱਚ ਵੱਡੀ ਸੁਹਿਰਦਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੈ। ਐਸੀ ਸੁਹਿਰਦਤਾ, ਐਸੇ ਪਿਆਰ, ਅੰਦਰ ਹੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਦਾ ਸਾਧਨ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਐਸੀ ਸਾਧਨਾ ਦਾ ਮੁਖ ਖੇਤਰ ਹੈ। ਜਦ ਮਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਨਾਲ ਲਗਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਬੱਚਾ ਹੀ ਉਸ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਵਿਚ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਆਪਾ, ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਅਸਲੋਂ ਅਲੋਪ ਹੋ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਕੋਈ ਦੰਪਤੀ ਪਿਆਰ-ਸੇਜਾ 'ਤੇ ਇਕ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਹਉਂ ਕਿਥੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ? ਉਦੋਂ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਇਕ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਵੱਖਰੀ ਹਉਮੈ ਨਿਬੜ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਿਵੇਕਲੇ ਕਿਸੇ ਨਿੱਜਤਵ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਉਹਨਾਂ ਅੰਦਰ ਤਾਂ ਇਕ ਹਉਂ-ਰਹਿਤ ਅਵਸਥਾ ਵਾਪਰ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਵੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਮੂੰਹ ਚੁੰਮਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਬੇਟੀ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਹੱਥ ਫੇਰਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਮਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ 'ਤੇ ਸਿਰ ਝੁਕਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨਿਹਕੇਵਲ ਪਿਆਰ-ਕੇਂਦਰ ਨਾਲ ਜੁੜ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਆਪਣੇ ਟੱਬਰ ਦੇ ਜੀਆਂ ਨੂੰ 'ਆਪਣੇ' ਮੰਨਦੇ ਹਾਂ, ਇਸ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਜਿੰਦ-ਜਾਨ ਤਕ ਸਦਕੇ ਕਰਨ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਨਾਲ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਉਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਉਚੇਚਾ ਹੱਕ ਤਸਲੀਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿਆਰ-ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਨੂੰ ਕਬੂਲਣ ਲਈ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਇਉਂ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਦਾ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ 'ਤੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਸੂਰਤ ਅਖ਼ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਵਰਜਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਦਾ ਸੰਵਿਧਾਨ ਟੁੱਟ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਿਚ ਰੱਖਣ ਦਾ ਇਕ ਵੱਡਾ ਵਸੀਲਾ ਭੰਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਦੋਂ ਨਾ-ਮਰਜਾਦ ਹਉਂ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸੌਖਿਆਂ ਹੀ ਖੇਡਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਰਹਿਤ ਦਾ ਸਹਿਧਰਮੀ ਪ੍ਰਵਾਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਕੁਟੰਬ ਤੋਂ ਉੱਠ ਕੇ ਜਦ ਹਉਮੈ ਦਾ ਵਿਸਤਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਤਦਾਤਮੀਕਰਣ ਆਪਣੇ ਸਹਿਧਰਮੀਆਂ, ਆਪਣੇ ਦੇਸਵਾਸੀਆਂ, ਆਪਣੀਆਂ ਕੌਮੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਹੋਰ ਅੱਗੇ ਅੰਤਰ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਦਾਰਿਆਂ ਤੇ ਆਦਰਸ਼ਾਂ ਨਾਲ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਇਹਨਾਂ ਆਦਰਸ਼ਾਂ ਵਾਸਤੇ ਵੀ ਹਉਮੈ ਆਪਣੀ ਬਲੀ ਦੇਣ ਲਈ ਤੱਤਪਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ ਇਹ 'ਆਪਣਿਆਂ' ਵਾਸਤੇ ਹੀ ਜੂਝਦੀ ਹੈ। ਸੂਖਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜਦ ਸਾਰੀ ਮਾਨਵਤਾ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ

ਟੱਬਰ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ[16] ਤੇ ਸਾਰੀ ਮੇਰ-ਤੇਰ ਉੱਠ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਦੋਂ 'ਮੈਂ' ਤੇ 'ਤੂੰ' ਰਲ ਕੇ 'ਅਸੀਂ' ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ 'ਇਕ' – "ਏਕ ਜੋਤਿ ਦੁਇ ਮੂਰਤੀ" – ਬਣ ਨਿਬੜਦੇ ਹਨ। ਤਦ ਕਿਸੇ ਦਾ ਕਿਸੇ 'ਤੇ ਦਾਅਵਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ – ਕਿਉਂਕਿ ਦਾਅਵਾ ਤਾਂ ਦੂਜਿਆਂ 'ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੀਵਨ ਨਿੱਪਟ ਨਿਰਦਾਅਵਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਹਉਮੈ ਦੇ ਅਭਾਵ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੋ ਨਿਬੜਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਹਉਮੈ ਦਾ ਵਿਸਤਾਰ ਸਾਧਸੰਗਤ ਵੱਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸੋਨੇ 'ਤੇ ਸੁਹਾਗੇ ਦਾ ਕੰਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਬੜੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਐਸੀ ਸੰਗਤ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਸਾਧਣ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਉਂ ਆਪਣਾ ਵਿਸਤਾਰ ਕਰਦੀ ਕਰਦੀ ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੀ ਰੋਗਾਤਮਿਕਤਾ ਦਾ ਦਾਰੂ ਆਪਣੇ ਹੀ ਅੰਦਰੋਂ ਉਪਜਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ।

ਪਛਤਾਵਾ

ਪਛਤਾਵਾ ਜਾਂ ਪਛੁਤਾਪ ਦਾ ਅਰਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ – 'ਪਿੱਛੋਂ ਚੜ੍ਹਿਆ ਤਾਪ'। ਕਿਸੇ ਅਯੋਗ ਕੰਮ ਦੇ ਕਰਨ ਮਗਰੋਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਜੇ ਦੁਖ ਮਨਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੁਖ ਨੂੰ 'ਪਛਤਾਵਾ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਛਤਾਵਾ ਕਿਸੇ ਅਯੋਗ ਕੰਮ ਦੇ ਕਰਨ ਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਯੋਗ ਕੰਮਾਂ ਦੇ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੀਤੇ ਦਾ ਪਛਤਾਵਾ ਮੀਰਾ ਬਾਈ ਦੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋ ਪੰਕਤੀਆਂ ਵਿਚ ਵਿਦਮਾਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ:

ਜੋ ਮੈਂ ਐਸਾ ਜਾਨਤੀ ਪ੍ਰੀਤ ਕੀਏ ਦੁਖ ਹੋਇ।
ਨਗਰ ਢੰਢੋਰਾ ਫੇਰਤੀ, ਪ੍ਰੀਤ ਨ ਕਰੀਓ ਕੋਇ।

ਐਸੇ ਕੰਮਾਂ ਬਾਰੇ ਗੁਰ-ਉਪਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਵੀ ਤਾਕੀਦੀ ਵਰਜਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ:

ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 918)

ਜਾਂ ਫਿਰ ਜਦੋਂ ਉਮਰ ਨਾਲ ਮਾਇਆ ਦੇ ਰਸ ਛੁੜਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਦ ਵੀ ਪਛਤਾਵਾ ਜਾਗਦਾ ਹੈ:

ਖਿਨ ਮਹਿ ਛੋਡਿ ਜਾਇ ਬਿਖਿਆ ਰਸੁ ਤਉ ਲਾਗੈ ਪਛੁਤਾਪ ॥

(ਸਾਰੰਗ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 1200)

ਅਕੀਤੇ ਦਾ ਪਛਤਾਵਾ ਉਦੋਂ ਜਾਗਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਧੰਧਿਆਂ ਵਿਚ ਬਿਤਾ ਕੇ ਅੱਗੇ ਦਾ ਖ਼ਿਆਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੋਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਦੇ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਆਰਾਧਿਆ, ਕਦੇ ਸੇਵਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ, ਅਰਦਾਸ ਤਕ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ, ਸਿਵਾਏ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ।

ਹਉਮੈ ਕੂੜਾਵੇ ਪਛਤਾਵੇ, ਝੂਠੀ ਤੌਬਾ ਤੇ ਬੇ-ਇਤਬਾਰੇ ਪ੍ਰਣ ਕਰਨ ਵਿਚ ਬੜੀ ਮਾਹਿਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਜੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦਾ ਪਛਤਾਵਾ ਸੱਚਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ

---

16. ਏਕੁ ਪਿਤਾ ਏਕਸ ਕੇ ਹਮ ਬਾਰਿਕ... ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 611)*

ਹੀ ਮਨ ਅੰਦਰ ਤਬਦੀਲੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਬੰਦਾ ਆਪਣੇ ਕੀਤੇ ਕੁਕਰਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਕੇ ਅੱਗੇ ਲਈ ਆਚਰਣਕ ਸੁੱਚ ਦਾ ਪ੍ਰਣ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦਾ ਥਾਪੜਾ ਇਸ ਪ੍ਰਣ ਵਿਚ ਬਰਕਤ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਉਹ ਥਿੜਕਦਾ ਨਹੀਂ। ਇਉਂ ਇਰਾਦਾ ਬਦਲਦਾ ਹੈ, ਮਨ ਦਾ ਝੁਕਾਉ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੇ ਝੁਕਾਉ ਤੋਂ ਹਟ ਕੇ ਖਲੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮੰਤਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਪਰਿਵਰਤਨ ਆਉਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਗੁਨਾਹ ਬਖ਼ਸ਼ਾਉਣ ਦੀ ਤਲਬ ਅੰਦਰੋਂ ਉੱਠਦੀ ਹੈ ਤੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦਿਲੋਂ ਖਿਮਾ ਯਾਚਨਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਉਂ ਪਛਤਾਵੇ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਆਤਮ ਨਿਖੇਧੀ ਤੇ ਆਤਮ ਆਲੋਚਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਆਤਮ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਵੀ ਦਿਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਸੱਚੇ ਪਛਤਾਵੇ ਲਈ ਸਿਦਕ ਤੇ ਸਾਦਗੀ ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਬੜੀ ਆਵੱਸ਼ਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹਰ ਹਾਲ ਪਛਤਾਵੇ ਦਾ ਮੁੱਢ ਹਉਮੈ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਬੱਝਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਹਰ ਸੱਚਾ ਪਛਤਾਵਾ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੀ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਹਉਮੈ ਦੇ ਦੀਰਘ ਰੋਗ ਦਾ ਦਾਰੂ ਖ਼ਾਸੀ ਹੱਦ ਤਕ ਇਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਹੀ ਇਸ ਦੇ ਯਤਨ ਫਲੀਭੂਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਇਹ ਜਾਇ

ਸੰਜਮ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ – ਰਹਿਤਵਾਨਤਾ, ਕਿਸੇ ਨਿਜ਼ਾਮ ਦਾ ਬੰਧੇਜ, ਜਿਸ ਅਨੁਸਾਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸਾਧੀ ਸੰਵਾਰੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਥੇ ਉਸ ਸੰਜਮ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸੰਜਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਬੈਠਾ ਪ੍ਰੇਤ ਸੁੱਕੀ ਲੱਕੜ ਵਰਗਾ ਨਿਰਜਿੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[1] ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਇਹਸਾਸ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਫੋਕਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਵਿਅਰਥ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਵਿਅਰਥ ਚਲੇ ਜਾਣ ਦਾ ਇਹਸਾਸ ਜਾਗੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਝਟਕਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਪ੍ਰਾਣੀ ਸੋਚਦਾ ਹੈ:

ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਨਾਹੀ ਰੇ ਪੇਖਤ ਅੰਧੇ॥
ਛੋਡਿ ਜਾਹਿ ਝੂਠੇ ਸਭਿ ਧੰਧੇ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 738)*

ਤੇ ਅਰਦਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ:

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭ ਬਖਸ ਕਰੀਜੈ॥
ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਮੋਹਿ ਸਾਧਸੰਗੁ ਦੀਜੈ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨੇ 738-39)*

ਬਖਸ਼ਸ਼ ਮੰਗਣ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਇਕ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸੰਜਮ ਨੂੰ ਵੀ ਸਮਝਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਅੰਦਰ ਪੱਕਾ ਸਥਾਨ ਬਣਾ ਕੇ ਬਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਵਾਰਨ ਲਈ ਬੜੀ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਉਪਰ ਚਾਰੇ ਪਾਸਿਉਂ ਹਮਲਾ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਅਧਿਆਤਮ ਕਰਮ ਸਾਧਨਾ ਤੇ ਅਭਿਆਸ ਰਾਹੀਂ, ਦੂਜਾ ਪਿਆਰ ਸਾਧਨਾ ਰਾਹੀਂ ਤੇ ਤੀਜਾ ਧਿਆਨ ਸਾਧਨਾ ਰਾਹੀਂ। ਪਰ ਇਸ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉੱਦਮ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਹੁਣ ਉਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ:

ਉੱਦਮ

ਉੱਦਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤਾਂ ਕੁਝ ਵੀ ਹੋ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਇਕ ਵਾਰ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਲੋਹਾਰਾ ਕੰਮ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਬਣਿਆ। ਸੋ ਉਹ ਕਿਸੇ ਨਿਪੁੰਨ ਲੋਹਾਰ ਦਾ ਸ਼ਾਗਿਰਦ ਜਾ ਹੋਇਆ। ਉਸ ਨੇ ਲੋਹਾਰੇ ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਜੁਗਤਾਂ ਸਿੱਖ ਲਈਆਂ – ਚਿਮਟਾ ਕਿਵੇਂ ਪਕੜਨਾ ਹੈ, ਵਦਾਣ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣਾ

---

1. ਜਤੁ ਸਤੁ ਸੰਜਮੁ ਸੀਲੁ ਨ ਰਾਖਿਆ ਪ੍ਰੇਤ ਪਿੰਜਰ ਮਹਿ ਕਾਸਟੁ ਭਇਆ॥
(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 906)

ਹੈ, ਅਹਿਰਣ 'ਤੇ ਚੋਟ ਕਿਵੇਂ ਮਾਰਨੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿ ਧੌਂਕਣੀ ਨਾਲ ਅੱਗ ਕਿਵੇਂ ਮਘਾਉਣੀ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਸਾਰੀ ਸਿਖਲਾਈ ਪੂਰੀ ਕਰ ਚੁੱਕਾ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇਕ ਬੜੀ ਵਡਮੁੱਲੀ ਨੌਕਰੀ ਮਿਲ ਗਈ। ਐਸੀ ਨੌਕਰੀ ਮਿਲਣ 'ਤੇ ਉਹ ਬੜਾ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੋਇਆ। ਪਰ ਝੱਟ ਮਗਰੋਂ ਹੀ ਉਸ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਉਦਾਸੀ ਵਿਚ ਬਦਲ ਗਈ, ਜਦ ਉਸ ਨੂੰ ਸਮਝ ਆਈ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਇਹ ਤਾਂ ਸਿੱਖਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅੱਗ ਬਾਲਣੀ ਕਿਵੇਂ ਹੈ ? ਉਸ ਦਾ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਅਰਥ ਸੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸਭ ਤੋਂ ਮੁੱਢਲੀ ਸ਼ਰਤ ਹੀ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਰ ਸਕਦਾ।

ਹਰ ਕੰਮ ਦੀ ਕੋਈ ਮੁੱਢਲੀ ਸ਼ਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਲੋਹਾਰੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਮੁੱਢਲੀ ਸ਼ਰਤ ਅੱਗ ਬਾਲਣ ਦੀ ਜਾਚ ਸਿੱਖਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਅਧਿਆਤਮ ਮਾਰਗ ਵਿਚ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸ਼ਰਤ ਉੱਦਮ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਸੰਵਾਰਨ ਦਾ ਕੰਮ, ਇਕ ਕਲਾ ਕ੍ਰਿਤ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨਾ ਅਧਿਆਤਮਕ ਵਿਗਾਸ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਰਚਨਾਤਮਕ ਕੰਮ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕੋਈ ਪਰੋਪਕਾਰ। ਨਾ ਇਸ ਬਿਨਾਂ ਮਨ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਤੇ ਨਾ ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ। ਉੱਦਮ ਬਾਰੇ ਤਾਂ ਆਦੇਸ਼ ਹੈ :

ਉਦਮੁ ਕਰੇਦਿਆ ਜੀਉ ਤੂੰ ਕਮਾਵਦਿਆ ਸੁਖ ਭੁੰਚੁ ॥
ਧਿਆਇਦਿਆ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲੁ ਨਾਨਕ ਉਤਰੀ ਚਿੰਤ ॥

(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 522)

ਭਾਵੇਂ ਕਮਾਈ ਦੁਨਿਆਵੀ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇ, ਭਾਵੇਂ ਪਰਮਾਰਥਕ ਤੇ ਭਾਵੇਂ ਪ੍ਰਭੂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣਾ ਹੋਵੇ, ਹਰ ਸੂਰਤ ਉੱਦਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਕੰਮ ਵੀ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਉੱਦਮ ਤਾਂ ਹਰ ਕਿਰਿਆ ਦਾ ਆਰੰਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ :

ਉਦਮੁ ਕੀਆ ਕਰਾਇਆ ਆਰੰਭੁ ਰਚਾਇਆ ॥

(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 399)

ਅਧਿਆਤਮ ਕਰਮ ਸਾਧਨ

ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਨਿਵਾਰਨ ਲਈ ਕਈ ਅਧਿਆਤਮਕ ਕਰਮ ਲਾਭਵੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਆਤਮ ਸਮਰਪਣ, ਸ਼ਰਨਾਗਤ, ਨਿਮ੍ਰਤਾ, ਆਗਿਆ-ਪਾਲਨ, ਖਿਮਾ-ਜਾਚਨ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਆਤਮ-ਸਮਰਪਣ

ਆਤਮ-ਸਮਰਪਣ ਦਾ ਭਾਵ ਆਪਣਾ ਸਭ ਕੁਝ ਸਮਰਪਣ ਕਰ ਦੇਣਾ। ਪਰ, ਸਮਰਪਣ ਕਿਸ ਅੱਗੇ ? ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਕਰਤਾਰ ਅੱਗੇ, ਕਦੇ ਉਸ ਨੂੰ ਹਰਿ ਜਾਂ ਠਾਕੁਰ ਜਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਆਖ ਕੇ, ਕਦੇ ਗੋਬਿੰਦ, ਗੋਪਾਲ ਜਾਂ ਦਮੋਦਰ ਆਖ ਕੇ, ਕਦੇ ਅੱਲਾਹ ਜਾਂ ਰਹੀਮ ਆਖ ਕੇ, ਕਦੇ ਮੀਤ ਜਾਂ ਪ੍ਰੀਤਮ ਆਖ ਕੇ, ਕਦੇ ਲਾਲਨ ਜਾਂ ਲਾਲ ਜੀਓ ਆਖ ਕੇ, ਕਦੇ ਉਸ ਨੂੰ 'ਨਾਮ' ਆਖ ਕੇ ਤੇ ਕਦੇ ਪੂਰੀ ਬੇ-ਤਕਲਫ਼ੀ

ਨਾਲ ਕੇਵਲ 'ਤੂੰ' ਆਖ ਕੇ। ਕਦੇ ਉਸ ਨੂੰ ਦਰਸ਼ਨ ਤੋਂ[2], ਕਦੇ ਉਸ ਦੀ ਕੁਦਰਤ[3] ਤੋਂ, ਕਦੇ ਉਸ ਦੇ ਨਾਮ[4] ਉੱਤੋਂ ਕੁਰਬਾਨ ਹੋ ਕੇ।

ਫਿਰ ਉਸ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਕਰਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਤਿਗੁਰੂ[5] ਅਥਵਾ ਸੰਤ ਅੱਗੇ ਬੜੀ ਤੀਬਰ ਭਾਵੁਕਤਾ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਤਕ ਸਮਰਪਣ ਕਰ ਕੇ:

ਕੋਈ ਆਣਿ ਮਿਲਾਵੈ ਮੇਰਾ ਪ੍ਰੀਤਮੁ ਪਿਆਰਾ ਹਉ ਤਿਸੁ ਪਹਿ ਆਪੁ ਵੇਚਾਈ॥
ਦਰਸਨੁ ਹਰਿ ਦੇਖਣ ਕੈ ਤਾਈ॥
ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਹਿ ਤਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮੇਲਹਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਈ॥
ਜੇ ਸੁਖੁ ਦੇਹਿ ਤ ਤੁਝਹਿ ਅਰਾਧੀ ਦੁਖਿ ਭੀ ਤੁਝੈ ਧਿਆਈ॥
ਜੇ ਭੁਖ ਦੇਹਿ ਤ ਇਤ ਹੀ ਰਾਜਾ ਦੁਖ ਵਿਚਿ ਸੂਖ ਮਨਾਈ॥
ਤਨੁ ਮਨੁ ਕਾਟਿ ਕਾਟਿ ਸਭੁ ਅਰਪੀ ਵਿਚਿ ਅਗਨੀ ਆਪੁ ਜਲਾਈ॥
ਪਖਾ ਫੇਰੀ ਪਾਣੀ ਢੋਵਾ ਜੋ ਦੇਵਹਿ ਸੋ ਖਾਈ॥
ਨਾਨਕੁ ਗਰੀਬੁ ਢਹਿ ਪਇਆ ਦੁਆਰੈ ਹਰਿ ਮੇਲਿ ਲੈਹੁ ਵਡਿਆਈ॥
(ਸੂਹੀ ਮ: 4, ਪੰਨਾ 757)

ਜੋ ਆਪਣਾ ਸਭ ਕੁਝ ਸਮਰਪਣ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਤਨ, ਧਨ, ਸੰਪਤੀ, ਜ਼ਮੀਨ[6] ਆਦਿ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵੀ, ਹਿਰਦਾ ਵੀ, ਬੁੱਧੀ ਵੀ, ਚਿੱਤ ਵੀ[7], ਆਪਣਾ ਜਾਪ, ਤਾਪ, ਨੇਮ, ਕਰਮ, ਧਰਮ, ਹੋਮ ਆਦਿ ਇਹ ਸਾਰੇ ਹੀ ਅਰਪਣ ਕਰ ਦੇਂਦੇ[8] ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਅਰਪਨ ਕਰ ਕੇ ਫਿਰ ਸਹਿਜ ਦੀ ਨੀਂਦ ਨਿਸਚਿੰਤ ਹੋ ਕੇ ਆਰਾਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।[9] ਫਿਰ ਵੀ ਸੋਚਦੇ ਹਨ:

ਤੇਰੋ ਕੀਆ ਤੁਝਹਿ ਕਿਆ ਅਰਪਉ... ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ, ਪੰਨਾ 694)*

ਫਿਰ ਜਿਸ ਨੇ ਸਭ ਕੁਝ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਉਸ ਉੱਤੇ ਕੁਰਬਾਨ ਹੋ ਜਾਣਾ ਲੋਚਦੇ ਹਨ:

ਜੀਉ ਪਿੰਡੁ ਧਨੁ ਤਿਸ ਦਾ ਹਉ ਸਦਾ ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਨੁ॥
(ਸਿਰੀਰਾਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 49)

ਕੁਰਬਾਨ ਹੋਣ ਦਾ ਸੰਕਲਪ, ਆਤਮ-ਸਮਰਪਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਤੀਬਰ ਸੰਕਲਪ ਹੈ। ਕਰਤਾਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਤੋਂ ਵੀ ਬਲਿਹਾਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੁਆਰਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਰਸੁ ਪੀਆ ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਹਮ ਨਾਮ ਵਿਟਹੁ ਕੁਰਬਾਨ॥
(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: 4, ਪੰਨਾ 1335)

---

2. ਦਰਸਨ ਕਉ ਜਾਈਐ ਕੁਰਬਾਨੁ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 897)*
3. ਸਭ ਕਿਛੁ ਤੂੰਹੈ ਤੂੰਹੈ ਮੇਰੇ ਪਿਆਰੇ ਤੇਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਕਉ ਬਲਿ ਜਾਈ ਜੀਉ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 98)*
4. ...ਤੇਰੇ ਨਾਮ ਵਿਟਹੁ ਕੁਰਬਾਣੋ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 557)*
5. ਮਨੁ ਤਨੁ ਅਰਪੀ ਆਪੁ ਗਵਾਈ ਚਲਾ ਸਤਿਗੁਰ ਭਾਏ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 68)*
6. ਹਉ ਮਨੁ ਅਰਪੀ ਸਭੁ ਤਨੁ ਅਰਪੀ ਅਰਪੀ ਸਭਿ ਦੇਸਾ॥
   ਹਉ ਸਿਰੁ ਅਰਪੀ ਤਿਸੁ ਮੀਤ ਪਿਆਰੇ ਜੋ ਪ੍ਰਭ ਦੇਇ ਸਦੇਸਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 247)*
7. ਸਗਲ ਸਮਗ੍ਰੀ ਜੀਉ ਹੀਉ ਦੇਉ ਅਰਪਉ ਅਪਨੋ ਚੀਤੁ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 674)*
8. ਜਾਪ ਤਾਪ ਦੇਵਉ ਸਭ ਨੇਮਾ॥ ਕਰਮ ਧਰਮ ਅਰਪਉ ਸਭ ਹੋਮਾ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 391)*
9. ਮਨੁ ਤਨੁ ਬੁਧਿ ਅਰਪੀ ਠਾਕੁਰ ਕਉ ਤਬ ਹਮ ਸਹਜਿ ਸੋਏ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਾਲਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 214)*

ਫਿਰ ਹਰ ਉਸ ਪ੍ਰਾਣੀ ਤੋਂ ਵਾਰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਉਸ ਪ੍ਰੀਤਮ ਦਾ ਸੁਨੇਹਾ ਲਿਆ ਦੇਂਦਾ ਹੈ:

ਤੈ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਬਾਤ ਜਿ ਆਖੈ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਕਿਆ ਦੀਜੈ ॥
ਸੀਸੁ ਵਢੇ ਕਰਿ ਬੈਸਣੁ ਦੀਜੈ ਵਿਣੁ ਸਿਰ ਸੇਵ ਕਰੀਜੈ ॥

(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 558)

ਇਥੇ ਹੀ ਬਸ ਨਹੀਂ, ਹਰ ਉਸ ਜੀਅੜੇ ਤੋਂ ਬਲਿਹਾਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨੇ ਹਉਮੈ ਮਾਰ ਕੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਲਿਆ ਹੈ:

ਜਿਨੀ ਹਉਮੈ ਮਾਰਿ ਪਛਾਣਿਆ ਹਉ ਤਿਨ ਬਲਿਹਾਰੈ ਜਾਉ ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 69)

ਇਤਨਾ ਬੋਧ ਹੀ ਕਿ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਮਾਰਿਆਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸੋਝੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਹਉਮੈ ਤਿਆਗਣ ਤੇ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਣ ਲਈ ਤੱਤਪਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਤਮ ਸਮਰਪਣ ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਇਕ ਅਤਿ ਪਿਆਰੀ ਤੇ ਉੱਦਾਤ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ, ਤਦ ਉਸ ਦਾ ਤਨ, ਮਨ, ਚਿਤ, ਪ੍ਰਾਣ, ਜੀਵਨ ਆਦਿ ਸਭ ਸੁਤੇ-ਸਿੱਧ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸਮਰਪਣ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਆਤਮ-ਸਮਰਪਣ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਤਿਆਗਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਭਾਵ, ਆਤਮ ਸਮਰਪਣ ਹੋਇਆ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਲਈ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਬੱਚਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ:

ਆਪੁ ਗਵਾਈਐ ਤਾ ਸਹੁ ਪਾਈਐ ਅਉਰੁ ਕੈਸੀ ਚਤੁਰਾਈ ॥
ਸਹੁ ਨਦਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਸੋ ਦਿਨੁ ਲੇਖੈ ਕਾਮਣਿ ਨਉ ਨਿਧਿ ਪਾਈ ॥

(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 722)

ਤਦ ਅੰਦਰੋਂ ਆਵਾਜ਼ ਉੱਠਦੀ ਹੈ: "ਮੇਰਾ ਮੁਝ ਮਹਿ ਕਿਛੁ ਨਹੀ" – ਮੈਂ ਨਿਰਾ ਨਿਰ-ਬਸਤਰ ਤੇ ਪਹਿਰਨ-ਹੀਣ ਹਾਂ, 'ਮੈਂ ਕੁਝ ਕਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ', ਕਿਉਂਕਿ ਮੇਰੇ ਪਾਸ ਕੋਈ ਸ਼ਕਤੀ ਨਹੀਂ, ਜਾਚ ਨਹੀਂ, 'ਮੈਂ ਤਾਂ ਨਿਰੀ ਨਿਹੋਂਦ ਹਾਂ', ਕਿਉਂਕਿ ਹੋਂਦ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹੈ, 'ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਕੁਝ ਹੈ ਵੀ ਨਹੀਂ', ਸਾਰੇ ਕੁਝ ਦਾ ਤਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਹੀ ਮਾਲਕ ਹੈ। ਮੇਰਾ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਣ ਕਰਨਾ ਹੀ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਰਨਾਗਤ

ਸ਼ਰਨ ਲੈਣੀ, ਆਸਰਾ ਭਾਲਣਾ, ਓਟ ਤੱਕਣੀ, ਨਿਰਬਲਤਾ ਦੀ ਬਾਣ ਹੈ। ਜਦ ਆਪਣਾ ਬਲ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਜੀਵ ਕਿਸੇ ਬਲ ਵਾਲੇ ਦੀ ਸ਼ਰਨਾਗਤ ਵਿਚ ਆਉਣਾ ਲੋਚਦਾ ਹੈ – ਸ਼ਰਨਾਗਤ ਵਿਚ ਵੀ ਉਸ ਦੀ ਜੋ "ਮਨਸਾ ਪੂਰਨ ਸਰਨਾ ਜੋਗ"[10] ਹੋਵੇ, ਜਿਸ ਦੇ ਪਾਸ ਸਭ ਕੁਝ ਹੋਵੇ, ਮਾਇਆ ਵੀ ਜਿਸ ਦੀ ਦਾਸੀ ਹੋਵੇ[11], ਜਿਸ ਜੇਡਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਾ ਹੋਵੇ:

---

10. ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 284.
11. ਕਵਲਾ ਚਰਨ ਸਰਨ ਹੈ ਜਾ ਕੇ ॥ ਕਹੁ ਜਨ ਕਾ ਨਾਹੀ ਘਰ ਤਾ ਕੇ ॥
(ਗਉੜੀ ਸੋਰਠਿ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 330)

ਤਿਸ ਕੀ ਸਰਨੀ ਪਰੁ ਮਨਾ ਜਿਸੁ ਜੇਵਡੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਇ ॥

(ਸ੍ਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 44)

ਸ਼ਰਨ ਤਾਂ ਉਸੇ ਦੀ ਲੈਣ ਦਾ ਲਾਭ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਆਸਰੇ ਕਰਮ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਜੇਕਰ ਸ਼ੇਰ ਦਾ ਆਸਰਾ ਵੀ ਲੈ ਲਈਏ ਤੇ ਗਿੱਦੜ ਹੀ ਮਾਰ ਜਾਏ ਤਾਂ ਐਸੇ ਸ਼ੇਰ ਦੇ ਆਸਰੇ ਦਾ ਕੀ ਲਾਭ?

ਤਵ ਗੁਨ ਕਹਾ ਜਗਤ ਗੁਰਾ ਜਉ ਕਰਮੁ ਨ ਨਾਸੈ ॥
ਸਿੰਘ ਸਰਨ ਕਤ ਜਾਈਐ ਜਉ ਜੰਬੁਕੁ ਗ੍ਰਾਸੈ ॥

(ਬਿਲਾਵਲੁ ਸਧਨਾ ਜੀ, ਪੰਨਾ 858)

ਪਰ ਜੋ ਐਸਾ ਆਸਰਾ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਭੈ ਨਾ ਰਹੇ, ਕੋਈ ਭਟਕਣਾ ਨਾ ਰਹੇ, ਉਸੇ ਦਾ ਆਸਰਾ ਤੱਕਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ:

ਕਹਤ ਕਬੀਰ ਸੁਨਹੁ ਰੇ ਪ੍ਰਾਨੀ ਛੋਡਹੁ ਮਨ ਕੇ ਭਰਮਾ ॥
ਕੇਵਲ ਨਾਮੁ ਜਪਹੁ ਰੇ ਪ੍ਰਾਨੀ ਪਰਹੁ ਏਕ ਕੀ ਸਰਨਾਂ ॥

(ਧਨਾਸਰੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 692)

ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਹਉਮੈ ਦੇ ਮਾਰੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਮੋਹ ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਮਗਨ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਦ ਤਕ ਉਹ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿਚ ਫਸੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜਦ ਉਹ ਗੁਰੂ ਦੀ ਜਾਂ ਸਾਧ ਜਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਵਿਚ ਆ ਡਿੱਗਦੇ[12] ਹਨ, ਤਾਂ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ 'ਮੈਂ-ਮੇਰ' ਮੁੱਕਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਿਸਤਾਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਕੋਈ ਹਾਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਸੁਆਮੀ ਦੀ ਦਰਵੱਟਣ 'ਤੇ ਆ ਸ਼ਰਨ ਮੰਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜੋਦੜੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ:

ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੇ ਭੂਲ ਚੂਕ ਹਮ ਅਬ ਆਏ ਪ੍ਰਭ ਸਰਨਗੇ ॥
ਤੁਮ ਸਰਣਾਗਤਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲਕ ਸੁਆਮੀ ਹਮ ਰਾਖਹੁ ਵਡ ਪਾਪਗੇ ॥

(ਨਟ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 976)

ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਜਨਮ-ਜਨਮਾਂਤ੍ਰਾਂ ਦੇ ਪਾਪ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਭਾਲਣ ਦਾ ਰਾਹ ਗੁਰੂ ਨੇ ਹੀ ਦੱਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਦੇ ਜਗਿਆਸੂ ਇਉਂ ਵਿਰਲਾਪ ਕਰਦਾ ਹੈ:

ਤਉ ਮੈ ਆਇਆ ਸਰਨੀ ਆਇਆ ॥
ਭਰੋਸੈ ਆਇਆ ਕਿਰਪਾ ਆਇਆ ॥
ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਉ ਰਾਖਹੁ ਸੁਆਮੀ ਮਾਰਗੁ ਗੁਰਹਿ ਪਠਾਇਆ ॥

(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 746)

ਜਦ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਆਸਰੇ ਤਿਆਗ ਦੇਣ ਲਈ ਜੀਵ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਧਕ ਦੁਨੀਆਦਾਰੀ ਤੋਂ ਇਕਦਮ ਛਾਲ ਮਾਰ ਕੇ ਪਰੇ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਛਾਲ ਮਾਰਨੀ ਹੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕੋਈ ਸਾਧਕ ਇਹ ਛਾਲ ਮਾਰਨ ਤੋਂ ਝੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਅਜੇ ਕੱਚਾ ਹੈ। ਪਰ ਭਰੋਸੇ ਬਾਝੋਂ ਸ਼ਰਨਾਗਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦੀ

---

12. ਮੋਹ ਮਗਨ ਲਪਟਤ ਰਹੈ ਹਉ ਹਉ ਆਵੈ ਜਾਇ ॥
ਢਹਤ ਢਹਤ ਅਬ ਢਹਿ ਪਰੇ ਸਾਧ ਜਨਾ ਸਰਨਾਇ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 256)*

ਹੈ ? ਮਾਲਕ ਦੀ ਕਿਰਪਾਲਤਾ ਪੁਰ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨਾ, ਸ਼ਰਨ ਭਾਲਣ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅੰਗ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਦੂਜਾ ਅੰਗ ਹੈ, ਹੋਰ ਪਰਾਈ ਆਸ ਤਿਆਗ ਦੇਣੀ :

ਨਾਨਕ ਟੇਕ ਭਈ ਕਰਤੇ ਕੀ ਹੋਰ ਆਸ ਬਿਡਾਣੀ ਲਾਹੀ ॥

(ਗੁਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨੇ 499-500)

ਜਦੋਂ ਮਨ ਇਕਾਗਰ ਹੋ ਕੇ ਪੂਰੇ ਭਰੋਸੇ ਨਾਲ ਆਸਰਾ ਤੱਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ :

ਮਨੁ ਮਾਰਿ ਤੁਹੀ ਨਿਰੰਜਨਾ ਕਹੁ ਨਾਨਕਾ ਸਰਨੰ ॥ *(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 506)*

ਤਦ "ਮਨਿ ਮਉਲੈ ਤਨੁ ਹਰੀਆ"[13] ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ 'ਮੈਂ-ਮੇਰ' ਮਿਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ

ਆਪੁ ਗਇਆ ਤਾ ਆਪਹਿ ਭਏ ॥
ਕ੍ਰਿਪਾ ਨਿਧਾਨ ਕੀ ਸਰਨੀ ਪਏ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 202)*

ਇਉਂ ਸ਼ਰਨ ਆਉਣ ਦਾ ਵੱਡਾ ਫਲ, ਹਉਮੈ ਦਾ ਬਿਨਸ ਜਾਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਵੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨਾਗਤ ਪੂਰੇ ਭਰੋਸੇ ਨਾਲ ਭਾਲਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਵੱਡੀ ਦੁਸ਼ਮਣ, ਹਉਮੈ ਕਿਥੇ ਚਲੀ ਗਈ।

ਨਿਮ੍ਰਤਾ

ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਇਕ ਉਚੇਰੀ ਨੈਤਿਕ ਸੋਝੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਨਿਰਮਾਣਤਾ ਨਾਲ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਲੱਜਾਵਾਨ ਅਧੀਨਤਾ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਦਿਖਾਂਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਗੱਲੇ ਸ਼ਰਮਸਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ ਫ਼ੁਰਮਾਂਦੇ ਹਨ :

ਕਬੀਰ ਸਭ ਤੇ ਹਮ ਬੁਰੇ ਹਮ ਤਜਿ ਭਲੋ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥
ਜਿਨਿ ਐਸਾ ਕਰਿ ਬੂਝਿਆ ਮੀਤੁ ਹਮਾਰਾ ਸੋਇ ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1364)*

ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਅਉਗਣ ਚੇਤੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸੇ ਸਦਕੇ ਮਨ ਨੀਵਾਂ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੈਤਿਕ ਗੁਣ ਕਾਰਨ ਬੰਦਾ ਆਪਣੀਆਂ ਹੱਦਾਂ ਵਿਚ ਸਿਮਟ ਕੇ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਬਾਹਰ ਹੱਥ-ਪੱਥ ਨਹੀਂ ਮਾਰਦਾ ਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਉੱਚੇ ਮੰਨ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਆਦਰ ਸਹਿਤ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਬਰਾਬਰ ਦੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਨੀਵਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਪੱਖੋਂ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਹ ਸਭ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦੀਦਾਰ ਕਰਦਾ ਤੇ ਉਸ ਅੱਗੇ ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਨਿੰਵਦਾ ਹੈ।

ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਉਹ ਸਦਗੁਣ ਹੈ, ਜੋ ਸਭ ਧਰਮਾਂ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹੈ। ਇਸਲਾਮ ਅੰਦਰ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਨੂੰ ਆਚਰਣ ਦਾ ਮੂਲ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਜ਼ਰਤ ਮੁਹੰਮਦ ਸਾਹਿਬ ਕਿਹਾ ਕਰਦੇ ਸਨ, "ਜੋ ਕੋਈ ਅੱਲਾਹ ਸਦਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅੱਲਾਹ ਉਸ ਨੂੰ ਉਚਿਆਉਂਦਾ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਇੱਜ਼ਤ-ਸਤਿਕਾਰ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।"

---

13. ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 779.

ਈਸਾਈ ਧਰਮ ਵਿਚ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦੇ ਤਿੰਨ ਅੰਗ ਮੰਨੇ ਗਏ ਹਨ:

(1) ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਤੇ ਆਪਣੀ ਮਲਕੀਅਤ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦੀ ਦੇਣ ਸਮਝਣਾ।

(2) ਸੁਣੇ ਜਾਣ ਦਾ ਹੱਕ ਜਤਲਾਣ ਦੀ ਬਜਾਇ, ਇਸ ਹੱਕ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋਣਾ।

(3) ਜਦ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਵੀ ਕਰੇ ਤਾਂ ਵੀ ਕ੍ਰੋਧ ਕਰਨ ਦੀ ਥਾਂ ਮਿੱਠਤ ਨਾਲ ਵਰਤਣਾ।

ਚੀਨ ਦੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਤਾਓ ਤੇ ਚਿੰਗ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ ਕਿ "ਬਿਬੇਕੀ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਘਾਲਨਾ ਦੇ ਸਿੱਟਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਰ ਕੇ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਅਭਿਮਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਤੇ ਆਪਣੀ ਵਡਿਆਈ ਨੂੰ ਨੁਮਾਇਸ਼ 'ਤੇ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਲਗਾਉਂਦਾ।"

ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿਚ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਸਾਧਨ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ:

ਨਿਵਣੁ ਸੁ ਅਖਰੁ ਖਵਣੁ ਗੁਣੁ ਜਿਹਬਾ ਮਣੀਆ ਮੰਤੁ ॥
ਏ ਤ੍ਰੈ ਭੈਣੇ ਵੇਸ ਕਰਿ ਤਾਂ ਵਸਿ ਆਵੀ ਕੰਤੁ ॥ *(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1384)*

ਨਿਵਣ ਦਾ ਮਹਾਤਮ ਨਾਮ ਮੰਨਣ ਬਰਾਬਰ ਹੈ:

ਤੁਧਨੋ ਨਿਵਣੁ ਮੰਨਣੁ ਤੇਰਾ ਨਾਉ ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 878)*

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਹਰਥੇ ਉਸ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਕਿਸੇ ਦੂਜੀ ਥਾਂ ਨਿਵ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ[14] ਜਾਂ ਫਿਰ ਉਹ ਆਤਮਾ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣ ਵਾਲੇ ਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਨਿਵਦੇ ਹਨ:

ਨਿਵਿ ਨਿਵਿ ਪਾਇ ਲਗਉ ਗੁਰ ਅਪੁਨੇ ਆਤਮ ਰਾਮੁ ਨਿਹਾਰਿਆ ॥
(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 353)

ਪਰ ਸੱਚੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਹਰ 'ਗੁਰਸਿੱਖ ਅੱਗੇ ਵੀ ਨਿਉਂਦੀ ਹੈ:

ਜੋ ਦੀਸੈ ਗੁਰਸਿਖੜਾ ਤਿਸੁ ਨਿਵਿ ਨਿਵਿ ਲਾਗਉ ਪਾਇ ਜੀਉ ॥
(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 763)

ਗੁਰ-ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚ ਇਕ ਬੜੀ ਸਿੱਖਿਆਦਾਇਕ ਸਾਖੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਜੀ ਆਪ ਅਤਿਅੰਤ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਵੇਰਾਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਵੱਡੇ ਸਪੁੱਤਰ ਤੇ ਉਦਾਸੀ-ਸੰਪ੍ਰਦਾਇ ਦੇ ਸੰਚਾਲਕ ਬਾਬਾ ਸ੍ਰੀ ਚੰਦ ਜੀ ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਆਏ। ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਬੜੇ ਸੁਯੋਗ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਕੀਤਾ। ਬਾਬਾ ਜੀ, ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਤੋਂ ਉਮਰ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਵੱਡੇ ਸਨ, ਸੋ ਉਹ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨਾਲ ਹਾਸਾ-ਠੱਠਾ ਕਰਨ ਦਾ ਆਪਣਾ ਹੱਕ ਸਮਝਦੇ ਸਨ। ਹਾਸੇ ਹਾਸੇ ਵਿਚ ਉਹ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ, "ਤੁਸਾਂ

---

14. ਜਾ ਕਉ ਮਹਲੁ ਹਜੂਰਿ ਦੂਜੇ ਨਿਵੈ ਕਿਸੁ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 729)*

ਏਡਾ ਲੰਮਾ ਦਾਹੜਾ ਕਿਉਂ ਵਧਾਇਆ ਹੋਇਐ ?" ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ, "ਆਪ ਜੈਸੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਚਰਨ ਝਾੜਨ ਵਾਸਤੇ" ਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਆਪਣੇ ਦਾਹੜੇ ਨਾਲ ਬਾਬਾ ਜੀ ਦੇ ਚਰਨ ਝਾੜਨ ਲੱਗ ਪਏ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਇਸ ਅਤਿਅੰਤ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਹੈਰਾਨ ਰਹਿ ਗਏ ਤੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ, "ਸਾਡੇ ਵਿਚ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਏਹੋ ਅੰਤਰ ਹੈ, ਤੁਸਾਂ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਪਰ ਮੁਕੰਮਲ ਵਿਜੈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਈ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਅਜੇ ਇਸ ਨਾਲ ਜੂਝਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਗੁਰਗੱਦੀ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਬਣ ਗਏ ਤੇ ਅਸੀਂ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿ ਗਏ। ਇਹ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਹਰੇਕ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਪਛਾਣ ਕੇ ਸਭ ਅੱਗੇ ਨਿੰਵਦੀ ਹੈ।

ਮਨਮੁਖਾਂ ਦਾ ਚਲਣ, ਪਰ, ਬਿਲਕੁਲ ਹੋਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਤਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ:

ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਪਲੈ ਨਾ ਪਵੈ ਮਨਮੁਖ ਰਹੇ ਬਿਲਲਾਇ॥
ਓਇ ਸਤਿਗੁਰ ਆਗੈ ਨਾ ਨਿਵਹਿ ਓਨਾ ਅੰਤਰਿ ਕ੍ਰੋਧੁ ਬਲਾਇ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 41)

ਜੇ ਕਿਤੇ ਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਨਿੰਵਦੇ ਵੀ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਖੋਟੇ ਮਨ ਨਾਲ ਝੂਠੀ-ਮੂਠੀ ਨਿੰਵਦੇ ਹਨ:

ਸਾਕਤ ਜਾਇ ਨਿਵਹਿ ਗੁਰ ਆਗੈ ਮਨਿ ਖੋਟੇ ਕੂੜਿ ਕੂੜਿਆਰੇ॥

(ਵਾਰ ਗਉੜੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 312)

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਗੁਣ ਕੋਈ ਨਹੀਂ, ਕੰਮ ਕਿਸੇ ਦੇ ਆਉਂਦੇ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਆਕੜ ਆਕੜ ਚੱਲਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਸਿੰਮਲ ਦੇ ਰੁੱਖ ਨਾਲ ਉਪਮਾ ਦੇਂਦੇ ਹਨ:

ਸਿੰਮਲ ਰੁਖੁ ਸਰਾਇਰਾ ਅਤਿ ਦੀਰਘ ਅਤਿ ਮੁਚੁ॥
ਓਇ ਜਿ ਆਵਹਿ ਆਸ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ਨਿਰਾਸੇ ਕਿਤੁ॥
ਫਲ ਫਿਕੇ ਫੁਲ ਬਕਬਕੇ ਕੰਮਿ ਨ ਆਵਹਿ ਪਤ॥
ਮਿਠਤੁ ਨੀਵੀ ਨਾਨਕਾ ਗੁਣ ਚੰਗਿਆਈਆ ਤਤੁ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 470)

ਅੱਗੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਫ਼ੁਰਮਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਨਿਵਣ ਲੱਗਿਆਂ ਆਪਣਿਆਂ ਤੇ ਪਰਾਇਆਂ ਵਿਚ ਫ਼ਰਕ ਮੰਨਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੋ ਕੋਈ ਇਸ ਅੰਤਰੇ ਬਿਨਾਂ ਨਿੰਵਦਾ ਹੈ, ਓਹੀ ਗਉਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਸਭੁ ਕੋ ਨਿਵੈ ਆਪ ਕਉ ਪਰ ਕਉ ਨਿਵੈ ਨ ਕੋਇ॥
ਧਰਿ ਤਾਰਾਜੂ ਤੋਲੀਐ ਨਿਵੈ ਸੁ ਗਉਰਾ ਹੋਇ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 470)*

ਹੁਣ ਗੁਰੂ ਜੀ ਉਸ ਕੂੜਾਵੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਕੋਈ ਬੇਹੱਦ ਵਧੀਕ ਨਿੰਵਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਨਿੰਵਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਹਿਰਨ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਨਿੰਵਦਾ ਹੈ। ਐਸੀ ਕੂੜਾਵੀ ਤੇ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਵੱਲੋਂ ਚੇਤੰਨ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਵਿੱਚੋਂ ਇਹ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੀਸ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਝੁਕਿਆ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਅੰਦਰ ਨੀਅਤ ਕੁਸੁੱਧੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਅਪਰਾਧੀ ਦੂਣਾ ਨਿਵੈ ਜੋ ਹੰਤਾ ਮਿਰਗਾਹਿ ॥
ਸੀਸਿ ਨਿਵਾਇਐ ਕਿਆ ਥੀਐ ਜਾ ਰਿਦੈ ਕੁਸੁਧੇ ਜਾਹਿ ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 470)

ਕਈ ਵਾਰ ਬੰਦੇ ਉਪਰੋਂ ਤਾਂ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਅੰਦਰੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਅਭਿੱਜ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਯਹੂਦੀ ਮਜ਼ਾਕੀਆ ਬਾਤ 'ਚੋਂ ਇਸ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਖ਼ੂਬ ਲੱਭਦੀ ਹੈ :

"ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਾਈਨਾਗਾੱਗ (ਯਹੂਦੀ ਮੰਦਰ) ਵਿਚ ਉਥੇ ਦੇ ਰੱਬਾਈ (ਪੁਜਾਰੀ) ਨੇ ਫ਼ਰਸ਼ 'ਤੇ ਡੰਡਉਤ ਕੀਤੀ ਤੇ ਕਿਹਾ, 'ਹੇ ਰੱਬਾ! ਤੇਰੇ ਸਾਹਵੇਂ ਮੇਰੀ ਕੋਈ ਹਕੀਕਤ ਨਹੀਂ।' ਉਸ ਦੇ ਮਗਰੋਂ ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਅਮੀਰ ਆਦਮੀ ਨੇ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਡੰਡਉਤ ਕੀਤੀ ਤੇ ਕਿਹਾ, 'ਹੇ ਰੱਬਾ! ਤੇਰੇ ਸਾਹਵੇਂ ਮੇਰੀ ਕੋਈ ਹਕੀਕਤ ਨਹੀਂ।' ਉਸ ਦੇ ਤੁਰੰਤ ਬਾਦ ਪਿੰਡ ਦੇ ਮੰਗਤੇ ਨੇ ਡੰਡਉਤ ਕੀਤੀ ਤੇ ਕਿਹਾ, 'ਹੇ ਰੱਬਾ! ਤੇਰੇ ਸਾਹਵੇਂ ਮੇਰੀ ਕੋਈ ਹਕੀਕਤ ਨਹੀਂ।' ਤਦ ਅਮੀਰ ਆਦਮੀ ਨੇ ਰੱਬਾਈ ਦੇ ਕੰਨ ਵਿਚ ਕਿਹਾ, 'ਵੇਖੋ, ਕੌਣ ਕਹਿ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਕੋਈ ਹਕੀਕਤ ਨਹੀਂ।'"

ਉਸ ਅਮੀਰ ਆਦਮੀ ਦੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਕੂੜਾਵੀ ਸੀ। ਉਸ ਦੇ ਓਹਲੇ ਤਾਂ ਅਭਿਮਾਨ ਹੀ ਵਰਤਦਾ ਪਿਆ ਸੀ। ਅਭਿਮਾਨ ਤੇ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦਾ ਤਾਂ ਧੁਰੋਂ ਵਿਰੋਧ ਹੈ। ਵਿਖਾਵਾ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦਾ ਸੀ ਤੇ ਅੰਦਰ ਨਿਰਾ ਅਭਿਮਾਨ ਬਿਰਾਜਮਾਨ ਸੀ।

ਕੂੜਾਵੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦੇ ਓਹਲੇ ਬੜੀ ਹੈਂਕੜੀ ਹਉਮੈ ਵਿਚਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਸੱਚੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਹਉਮੈ ਬਿਨਸਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਅਧਿਆਤਮ ਮਾਰਗ ਦੇ ਪਾਂਧੀ ਸੱਚੀ-ਸੁੱਚੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਹਾਰ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਅੰਦਰ-ਬਾਹਰ ਵੱਸਦੇ ਅਨੰਤ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਹੋਣ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ

ਕਿਸੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਹਸਤੀ ਦੇ ਫ਼ੁਰਮਾਨ ਨੂੰ ਸਿਰ ਮੱਥੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨ ਨੂੰ ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਆਗਿਆ ਨੂੰ ਅਰਬੀ ਇਸਤਲਾਹ ਵਿਚ 'ਹੁਕਮ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਪਦਾਂ – ਆਗਿਆ ਤੇ ਹੁਕਮ – ਦੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਭਰਵੀਂ ਵਰਤੋਂ ਹੋਈ ਹੈ।

ਸਭ ਤੋਂ ਸਿਰਮੌਰ ਹੁਕਮ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦਾ ਹੈ। ਮਾਇਆ ਵੀ ਇਸੇ ਹੁਕਮ, ਇਸੇ ਆਗਿਆ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ।[15] ਇਸੇ ਆਗਿਆ ਅੰਦਰ ਬੇਅੰਤ ਸ਼ਿਵਾਂ ਤੇ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[16] ਦਿੱਸਦੀ-ਅਦਿਸਦੀ, ਆਉਣ ਵਾਲੀ, ਜਾਣ ਵਾਲੀ, ਸਾਰੀ ਰਚਨਾ ਉਸੇ ਦੀ ਆਗਿਆਕਾਰ ਹੈ।[17] ਇਸ ਆਗਿਆ, ਇਸ ਹੁਕਮ

---

15. ਆਗਿਆਕਾਰੀ ਕੀਨੀ ਮਾਇਆ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 294)*
16. ਕੋਟਿ ਸਕਤਿ ਸਿਵ ਆਗਿਆਕਾਰ ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1156)*
17. ਆਵਨੁ ਜਾਵਨੁ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਅਨਦ੍ਰਿਸਟਿ ॥
ਆਗਿਆਕਾਰੀ ਧਾਰੀ ਸਭ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 281)*

ਦੇ ਬਾਹਰ ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ।[18] ਭਾਵੇਂ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇਹ ਹੁਕਮ ਮੰਨਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਹਰ ਕੋਈ ਇਸ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਪਛਾਣਦਾ ਨਹੀਂ। ਕੇਵਲ ਕੋਈ ਗਿਆਨੀ ਹੀ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਤੇ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਕਰਦਾ ਹੈ।[19] ਉਹ ਭਰੋਸੇਵਾਨ ਜਿਊੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਪਾਸਿਉਂ ਬੇਪਰਵਾਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[20] ਉਸ ਨੂੰ ਏਡਾ ਭਰੋਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਆਪਣੇ ਮਾਲਕ ਕੋਲੋਂ ਮੰਗ ਲਵੇ, ਮਾਲਕ ਉਸ ਨੂੰ ਅਵੱਸ਼ ਦੇਵੇਗਾ।[21] ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਉਹ ਆਪਣਾ ਪਰਮ ਧਰਮ ਮੰਨਦਾ ਹੈ। ਮੰਗਦਾ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸਿਵਾਇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦੀਦਾਰ ਦੇ। ਬਾਕੀ ਪੂਰਨ ਸੰਤੋਖ ਨਾਲ ਹੁਕਮ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਪਾਸ ਕੁਝ ਸਿੱਖਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ, "ਜੀ ਸੱਚੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹ! ਅੱਜ ਕੋਈ ਗੁਰਮੁਖ ਸਿੱਖ ਐਸਾ ਹੈ, ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਪਛਾਣਦਾ ਹੋਵੇ?" ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਮਹਾਰਾਜ ਨੇ ਦੱਸਿਆ, "ਅਮਕੇ ਪਿੰਡ ਵਿਚ ਇਕ ਗੁਰਸਿੱਖ ਭਾਈ ਭਿਖਾਰੀ ਪੂਰਨ ਆਗਿਆਕਾਰ ਗੁਰਮੁਖ ਹੈ। ਜਾਓ, ਉਸ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਕੇ ਆਓ।" ਉਹ ਸਿੱਖ ਭਾਈ ਭਿਖਾਰੀ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਓਧਰ ਨੂੰ ਰਵਾਨਾ ਹੋ ਗਏ। ਜਦ ਉਸ ਪਿੰਡ ਭਾਈ ਭਿਖਾਰੀ ਦਾ ਘਰ ਪੁੱਛ ਕੇ ਉਥੇ ਪਹੁੰਚੇ ਤਾਂ ਉਥੇ ਸ਼ਹਿਨਾਈਆਂ ਵੱਜ ਰਹੀਆਂ ਸਨ। ਪਤਾ ਲੱਗਾ, ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਦਾ ਵਿਆਹ ਹੈ, ਇਸੇ ਲਈ ਇਤਨੀ ਚਹਿਲ-ਪਹਿਲ ਹੈ ਤੇ ਸ਼ਹਿਨਾਈਆਂ ਸ਼ਾਦੀਆਨੇ ਵੱਜ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਵੱਲੋਂ ਪੁੱਛਿਆ ਤਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਉਹ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਬੈਠੇ ਹਨ। ਇਕ ਸੱਜਣ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਕਮਰੇ ਤਕ ਛੋੜ ਵੀ ਆਇਆ। ਇਹ ਅੰਦਰ ਗਏ ਤੇ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਲੜਕੇ ਦੇ ਵਿਆਹ ਦੀ ਮੁਬਾਰਕਬਾਦ ਆਖੀ। ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਅੱਗੋਂ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ, "ਜਿਵੇਂ ਹਰੀ ਇੱਛਾ!" ਤਦ ਉਹਨਾਂ ਸਿੱਖਾਂ ਵੇਖਿਆ ਕਿ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਬੈਠੇ ਇਕ ਖ਼ਫ਼ਣੀ (ਤੱਪੜੀ) ਸੀਊਂਦੇ ਪਏ ਹਨ। ਚਕਿਤ ਹੋਏ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਪੁੱਛਿਆ, "ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਆਪ ਦੇ ਘਰ ਸ਼ਾਦੀ ਹੈ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਖ਼ਫ਼ਣੀ ਕਿਉਂ ਸੀਊਂਦੇ ਪਏ ਹੋ? ਇਹ ਬਦਸ਼ਗਨੀ ਕਿਉਂ?" ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਦੀ ਅੱਜ ਸ਼ਾਦੀ ਹੈ ਕੱਲ੍ਹ ਉਸ ਨੇ ਗੁਜ਼ਰ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਸੋ ਮੈਂ ਅਗਾਊਂ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੁ ਕੱਲ੍ਹ ਨੂੰ ਕੰਮ ਆ ਜਾਵੇ।" ਉਹ ਸਿੱਖ ਬੜੇ ਹੈਰਾਨ ਹੋਏ ਤੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ, "ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ! ਜਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਇਸ ਬੱਚੇ ਨੇ ਕੱਲ੍ਹ ਨੂੰ ਗੁਜ਼ਰ ਜਾਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅੱਜ ਇਹ ਸ਼ਾਦੀ ਰੋਕ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੇ?" ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ, "ਮੈਂ ਕੌਣ ਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਮਾਲਕ ਦੀ ਆਗਿਆ ਵਿਚ

---

18. ਆਵਤ ਹੁਕਮਿ ਬਿਨਾਸ ਹੁਕਮਿ ਆਗਿਆ ਭਿੰਨ ਨ ਕੋਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 251)*
19. ਗਿਆਨੀ ਰਹਤ ਆਗਿਆ ਦ੍ਰਿੜੁ ਜਾ ਕੈ॥
ਉਸਨ ਸੀਤ ਸਮਸਰਿ ਸਭ ਤਾ ਕੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 251)*
20. ਅਬ ਕਹੁ ਰਾਮ ਭਰੋਸਾ ਤੋਰਾ॥
ਤਬ ਕਾਹੂ ਕਾ ਕਵਨੁ ਨਿਹੋਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 328)*
21. ਜੋ ਮਾਗਉ ਸੋਈ ਸੋਈ ਪਾਵਉ ਅਪਨੇ ਖਸਮ ਭਰੋਸਾ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 619)*

ਦਖ਼ਲ ਦੇਣ ਜੋਗਾ ? ਸਾਨੂੰ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਹੈ : "ਜਿਸ ਕੀ ਬਸਤੁ ਤਿਸੁ ਆਗੈ ਰਾਖੈ॥ ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਆਗਿਆ ਮਾਨੈ ਮਾਥੈ॥"[22]

ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਮੋਹ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਤਾਂ :

ਆਗਿਆ ਮਹਿ ਭੂਖ ਸੋਈ ਕਰਿ ਸੂਖਾ ਸੋਗ ਹਰਖ ਨਹੀ ਜਾਨਿਓ॥

(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1000)

ਉਥੇ ਗਏ ਸਿੱਖਾਂ ਨੇ ਇਕ ਐਸੇ ਜੀਵਨ-ਮੁਕਤ ਗੁਰਸਿੱਖ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਲਏ ਸਨ, ਜਿਸ ਦਾ ਧਯੇਇ ਸੀ :

ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਆਗਿਆ ਆਤਮ ਹਿਤਾਵੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 275)*

ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੱਖ ਸਮਝ ਆ ਗਿਆ ਕਿ ਕੋਈ ਐਸਾ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਵੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ:

ਮੀਠੀ ਆਗਿਆ ਪਿਰ ਕੀ ਲਾਗੀ॥
ਸਉਕਨਿ ਘਰ ਕੀ ਕੰਤਿ ਤਿਆਗੀ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 394)*

ਇਹ ਸੌਂਕਣ ਕਿਹੜੀ ਹੈ ? ਇਹ ਹਉਮੈ ਹੀ ਤਾਂ ਹੈ, ਜੋ ਪਿਰ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਮੇਲ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੇਂਦੀ।

ਬੜੇ ਲੋਕ ਇਹ ਸੋਚਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਿਤਨੇ ਭੁਲੇਖੇ ਵਿਚ ਹਨ ਇਹ ਲੋਕ। ਮਨੁੱਖ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗ਼ੁਲਾਮ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ ਆਗਿਆ ਦਾ ਪਾਲਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਸ ਵੱਡੀ ਗ਼ੁਲਾਮੀ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸ੍ਰੀ ਲਹਿਣਾ ਜੀ (ਮਗਰੋਂ ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਸਾਹਿਬ) ਨੇ ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਦੀਆਂ ਅਦੁੱਤੀ ਮਿਸਾਲਾਂ ਕਾਇਮ ਕਰ ਕੇ ਗੁਰਤਾ ਦਾ ਉੱਚਤਮ ਦਰਜਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਿਆ। ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੇਵਲ ਇਕ ਮਿਸਾਲ ਤੋਂ ਹੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਏਗਾ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਕਿਵੇਂ ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਰਾਹੀਂ ਹਉਮੈ ਉੱਤੇ ਵਿਜੈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਈ ਹੋਈ ਸੀ। ਇਕ ਵੇਰਾਂ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਵੇਲੇ ਬੜੀ ਵਰਖਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਧਰਮਸਾਲ ਦੀ ਇਕ ਕੰਧ ਢਹਿ ਪਈ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਮੁੜ ਕੇ ਉਹ ਕੰਧ ਉਸਾਰ ਦੇਣ। ਉਹ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ, "ਸਵੇਰੇ ਕਿਸੇ ਰਾਜ ਮਿਸਤਰੀ ਨੂੰ ਬੁਲਾ ਕੇ ਬਣਵਾ ਦਿਆਂਗੇ। ਇਸ ਵੇਲੇ ਕੋਈ ਆਫ਼ਤ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਆ ਚੱਲੀ।" ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਸਵੇਰ ਤਕ ਉਡੀਕਣ ਦੀ ਗੱਲ ਨਾ ਮੰਨੀ ਤੇ ਕੰਧ ਤੁਰਤ ਉਸਾਰਨ ਦਾ ਹੁਕਮ ਕੀਤਾ। ਔਖੇ ਸੌਖੇ ਵਿਚਾਰੇ ਲੱਗ ਤਾਂ ਪਏ, ਪਰ ਜਦ ਕੰਧ ਖੜੀ ਹੋ ਗਈ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਇਹ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਬਣੀ, ਇਸ ਨੂੰ ਢਾਹ ਕੇ ਫੇਰ ਤੋਂ ਬਣਾਓ।" ਤਾਂ ਦੋਵੇਂ ਪੁੱਤਰ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ, "ਚੰਗੀ ਭਲੀ ਤਾਂ ਹੈ, ਸਾਥੋਂ ਇਸ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦੀ।" ਤਦ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਸ੍ਰੀ ਲਹਿਣਾ ਜੀ ਨੂੰ ਆਵਾਜ਼ ਮਾਰੀ, "ਲਹਿਣਿਆ! ਤੂੰ ਬਣਾ ਵੇਖ।" "ਸਤਿ ਬਚਨ ਜੀ!" ਸ੍ਰੀ ਲਹਿਣਾ ਜੀ ਨੇ ਆਖਿਆ

22. ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 268.

ਤੇ ਕੰਧ ਢਾਹ ਕੇ ਫਿਰ ਉਸਾਰਨ ਲੱਗ ਪਏ। ਦੂਜੀ ਵਾਰ, ਫਿਰ ਤੀਜੀ ਵਾਰ ਵੀ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਕੰਧ ਢੁਆ ਦਿੱਤੀ। ਸ੍ਰੀ ਲਹਿਣਾ ਜੀ ਚੌਥੀ ਵਾਰ ਫਿਰ ਤੋਂ ਕੰਧ ਉਸਾਰਨ ਲੱਗ ਪਏ। ਸਵੇਰਾ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਸੀ। ਇਤਨੇ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਛੋਟੇ ਪੁੱਤਰ ਬਾਬਾ ਲਖਮੀ ਦਾਸ ਉਸ ਪਾਸੇ ਆ ਨਿਕਲੇ। ਉਹ ਹੈਰਾਨ ਹੋ ਗਏ ਕਿ ਸ੍ਰੀ ਲਹਿਣਾ ਜੀ ਅਜੇ ਵੀ ਕੰਧ ਬਣਾ ਰਹੇ ਸਨ। ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ, "ਲਹਿਣਿਆ! ਸਾਡੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਤੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕੀ ਹੋ ਗਿਆ ਏ, ਚੰਗੀ ਭਲੀ ਕੰਧ ਨੂੰ ਢੁਹਾ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਤੂੰ ਵੀ ਛੱਡ ਪਰ੍ਹਾਂ ਕਿਉਂ ਖ਼ਰਾਬ ਪਿਆ ਹੁੰਦਾ ਏਂ ?" ਸ੍ਰੀ ਲਹਿਣਾ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਜਦ ਤਕ ਬਾਬਾ ਕਹੀ ਜਾਇਗਾ, ਮੈਂ ਇਹ ਕੰਧ ਢਾਹੀ ਤੇ ਉਸਾਰੀ ਜਾਵਾਂਗਾ। ਜਿਤਨੀ ਵੱਧ ਵਾਰੀ, ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਦਾ ਅਵਸਰ ਦੇਵਣਗੇ, ਉਤਨਾ ਵੱਧ ਮੇਰੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸੁੱਚਾ ਕਰੀ ਜਾਵਣਗੇ। ਫਿਰ ਮੈਂ ਇਸ ਪਵਿੱਤਰ ਕੰਮੋਂ ਕਿਵੇਂ ਹਟ ਜਾਵਾਂ ?"

ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਮਨੁੱਖ ਪਿਆਰ ਸਦਕੇ ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਦ ਕਿ ਬੁਰਿਆਰ ਜੇ ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਕਰਦੇ ਵੀ ਹਨ ਤਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਡਰ ਦੇ ਮਾਰੇ ਜਾਂ ਵੇਗਾਰ ਮੰਨ ਕੇ। ਅਧਿਆਤਮ ਮਾਰਗ ਅੰਦਰ ਕੇਵਲ ਪਿਆਰ ਵਾਲਾ ਆਗਿਆ ਪਾਲਨ ਹੀ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਵਿਸਰਜਨ ਦੀਆਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਜੁਗਤਾਂ

ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁੱਟ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਕਰ ਬਾਦ ਵਿਚ ਕਰਾਂਗੇ, ਇਥੇ ਕੁਝ ਉਹਨਾਂ ਜੁਗਤਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਸ਼ਾਇਦ ਅਸੰਗਤ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਮਨੋ-ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਸੁਝਾਈਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਪੂਰਬੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੋਏ ਹਨ ਤੇ ਸੁਰਤੇ ਹੋਣ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹਨ।

ਅਚੇਤਨ ਨੂੰ ਸਾਥੀ ਬਣਾਉਣਾ

ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਈ ਐਸਾ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਵਾਕ ਚੁਣੋ, ਜੋ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਨਕਾਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਐਸੇ ਕਈ ਵਾਕ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ:

ਮੈ ਨਾਹੀ ਕਛੁ ਹਉ ਨਹੀ ਕਿਛੁ ਆਹਿ ਨ ਮੋਰਾ ॥
ਅਉਸਰ ਲਜਾ ਰਾਖਿ ਲੇਹੁ ਸਧਨਾ ਜਨੁ ਤੋਰਾ ॥

(ਬਿਲਾਵਲੁ ਭਗਤ ਸਧਨਾ, ਪੰਨਾ 858)

ਜਬ ਹਮ ਹੋਤੇ ਤਬ ਤੂ ਨਾਹੀ ਅਬ ਤੂਹੀ ਮੈ ਨਾਹੀ ॥

(ਸੋਰਠਿ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ, ਪੰਨਾ 657)

ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਤੁਕ ਲੈ ਲਈਏ, ਜਾਂ ਇਸੇ ਸੰਦਰਭ ਦੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਲਗਾ ਕੇ ਦੁਹਰਾਈਏ ਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝੀਏ। ਮੈਂ ਭਗਤ ਸਧਨਾ ਜੀ ਵਾਲੀ ਪਹਿਲੀ ਤੁਕ ਕਈ ਵਾਰ ਪੜ੍ਹੀ ਸੀ, ਸੱਚ ਵੀ ਲੱਗਦੀ ਸੀ, ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਜੋ ਸੱਚ ਭਗਤ ਸਧਨਾ ਜੀ ਨੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਮੈਂ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕੀਤਾ। ਮੇਰਾ ਸੱਚ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਇਤਨਾ ਸੀ ਕਿ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਭ ਸੱਚ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਭਗਤ ਸਧਨਾ ਜੀ ਦੇ ਇਹ ਬੋਲ ਗੁਰਬਾਣੀ ਹਨ, ਸੋ ਸੱਚ ਹਨ। ਮੈਂ ਇਸ ਤੁਕ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਇਆ ਤਾਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕੀਤਾ ਕਿ ਇਸ ਵਿਚਲਾ ਸੱਚ ਮੈਂ ਆਪ ਤਾਂ ਕਦੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਸੋਚਾਂ ਵਿਚ ਪੈ ਗਿਆ – "ਮੈਂ ਆਪ ਵੀ ਕੋਈ ਨਹੀਂ, ਮੇਰੀ ਹਉਮੈ ਵੀ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਤੇ ਕੋਈ ਵਸਤ ਵੀ ਮੇਰੀ ਨਹੀਂ" – ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਤਦ ਮੈਨੂੰ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ। ਜਿਵੇਂ ਅਸੀਂ ਉਪਰ "ਹਉਮੈ ਸਭੁ ਸਰੀਰੁ ਹੈ" ਹੇਠ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਹਾਂ, ਇਹ ਸਰੀਰ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜਾਈ ਹੈ, ਨਾ ਇਹ ਮੈਂ ਹਾਂ, ਨਾ ਇਹ ਮੇਰਾ ਹੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਬਾਦ ਮਨ ਮੇਰੇ ਵੀ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ ਕਿ ਮਨ ਵੀ ਤਾਂ ਛਿੰਨ-ਭੰਗਰ ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ, ਵਿਚਾਰਾਂ, ਸਿੰਮ੍ਰਿਤਿਆਂ, ਭਾਵਾਂ, ਇਰਾਦਿਆਂ, ਕਲਪਨਾਵਾਂ

ਆਦਿ ਦੀ ਆਵਾਜਾਈ ਹੀ ਹੈ, ਇਹ ਵੀ ਕੋਈ ਥਿਰ ਵਸਤ ਨਹੀਂ। ਸੋ ਇਹ ਵੀ ਨਾ ਮੈਂ ਕਹਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਨਾ ਮੇਰੀ। ਜੇ ਸਰੀਰ ਵੀ ਤੇ ਮਨ ਵੀ ਨਾ 'ਮੈਂ' ਹੈ ਤੇ ਨਾ 'ਮੇਰਾ', ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਕਿਵੇਂ 'ਮੈਂ' ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ 'ਮੇਰੀ'? ਇਕ ਲਾਜ ਜਿਹੀ ਆਈ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਸੱਚ ਸਮਝ, ਮੈਂ-ਮੇਰਾ ਕਰਦੇ ਤੁਰੀ ਆਏ। ਲੱਜਾ ਦੇ ਭਾਵ ਨੇ ਨਾਲ ਪਛਤਾਵੇ ਦਾ ਭਾਵ ਜਗਾ ਦਿੱਤਾ। ਹੁਣ ਜਦੋਂ ਵੀ ਇਹ ਪੰਕਤੀ ਦੁਹਰਾਵਾਂ ਪਛਤਾਵਾ ਜਾਗੇ ਤੇ ਨੇਤਰਾਂ ਵਿਚ ਹੰਝੂ ਆ ਜਾਇਆ ਕਰਨ। ਇਕ ਦਿਨ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ ਬੈਠਾ ਸਾਂ, ਇਹ ਪੰਕਤੀ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਵੇਂ ਅੰਦਰੋਂ ਜਾਗ ਪਈ, ਬਿਨਾਂ ਮੇਰੇ ਚੇਤਾ ਕੀਤਿਆਂ। ਕਿਉਂ? ਇਹ ਜ਼ਰੂਰ ਮੇਰੇ ਅਚੇਤਨ ਵਿਚ ਉਤਰ ਗਈ ਹੋਵੇਗੀ। ਭਾਵ ਬੜੇ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਅਚੇਤਨ ਵਿਚ ਉਤਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਦੁਖਦਾਈ ਭਾਵ ਹੋਣ। ਲੱਜਾ ਤੇ ਪਛਤਾਵੇ ਦੇ ਭਾਵ ਦੁਖਦਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੋ ਇਸ ਪੰਕਤੀ ਦਾ, ਜੋ ਇਹ ਭਾਵ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਚੇਤਨ ਵਿਚ ਉਤਰ ਜਾਣਾ ਅਤਿ ਸੰਭਵ ਸੀ, ਅਚੇਤਨ ਵਿਚ ਉਤਰ ਕੇ ਇਹ ਪੰਕਤੀ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਵੀ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ[1] ਵੀ ਹੋ ਗਈ। ਹਉਮੈ ਹੁਣ ਇਸ ਕੋਲੋਂ ਖ਼ੌਫ਼ ਖਾਣ ਲੱਗ ਪਈ ਹੈ।

ਨਾਸ਼ਮਾਨਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਅਨੇਕਾਂ ਪੰਕਤੀਆਂ ਐਸੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਸਾਡੀ ਨਾਸ਼ਮਾਨਤਾ ਦੀ ਯਾਦਦਿਹਾਨੀ ਕਰਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬੇ-ਧਿਆਨੇ ਹੋਏ ਪੜ੍ਹੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਦਾ ਕਥਨ ਸੱਚਾ ਤਾਂ ਲੱਗਦਾ ਸੀ, ਪਰ ਹੋਰਾਂ ਬਾਰੇ। ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਇਸ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪ ਤਾਂ ਜਿਊਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਹਨਾਂ ਪੰਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਜੇ ਕਿਸੇ ਉਪਰ ਸੱਚਮੁੱਚ ਧਿਆਨ ਟਿਕਾਈਏ ਤਾਂ ਚਿੰਤਾ ਜਾਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਉਪਰੋਕਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਵੀ ਅਚੇਤਨ ਵਿਚ ਉਤਾਰ ਦਿਉ। ਫਿਰ ਜਦ ਇਸ ਨੂੰ ਚੇਤਨ ਵਿਚ ਦੁਹਰਾਉਗੇ ਤਾਂ ਇਹ ਸੱਚ ਆਪਣੇ ਲਈ ਵੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਜਾਪੇਗਾ। ਹਉਮੈ ਆਪਣੀ ਨਾਸ਼ਮਾਨਤਾ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ। ਸੋ ਤੜਫੜਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਜੇ ਬਾਰ ਬਾਰ ਇਸ ਨੂੰ ਤੜਫਾਈਏ ਤਾਂ ਦਮ ਤੋੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਪਰਿਵਰਤਨ-ਅੰਧਤਾ ਵੱਲੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣਾ

ਕੁਦਰਤੀ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਵਾਸਤਵਿਕ ਵੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਦਾ

---

1. (ੳ) ਮਰਣੁ ਲਿਖਾਇ ਮੰਡਲ ਮਹਿ ਆਏ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ 685)*
   (ਅ) ਰਾਮੁ ਗਇਓ ਰਾਵਨੁ ਗਇਓ ਜਾ ਕਉ ਬਹੁ ਪਰਵਾਰੁ॥ *(ਸਲੋਕ ਮਹਲਾ ੯, ਪੰਨਾ 1429)*
   (ੲ) ਬੁਢਾ ਹੋਆ ਸੇਖ ਫਰੀਦੁ ਕੰਬਣਿ ਲਗੀ ਦੇਹ॥
   ਜੇ ਸਉ ਵਰ੍ਹਿਆ ਜੀਵਣਾ ਭੀ ਤਨੁ ਹੋਸੀ ਖੇਹ॥ *(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1380)*
   (ਸ) ਫਰੀਦਾ ਦਰੀਆਵੈ ਕੰਨ੍ਹੈ ਬਗੁਲਾ ਬੈਠਾ ਕੇਲ ਕਰੇ॥
   ਕੇਲ ਕਰੇਦੇ ਹੰਝ ਨੋ ਅਚਿੰਤੇ ਬਾਜ ਪਏ॥
   ਬਾਜ ਪਏ ਤਿਸੁ ਰਬ ਦੇ ਕੇਲਾਂ ਵਿਸਰੀਆਂ॥
   ਜੋ ਮਨਿ ਚਿਤਿ ਨ ਚੇਤੇ ਸਨਿ ਸੋ ਗਾਲੀ ਰਬ ਕੀਆਂ॥ *(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1383)*

ਵਰਗਾ ਉਵੇਂ ਦਾ ਉਵੇਂ ਵੀ ਤੇ ਥਿਰ ਵੀ। ਪਰ ਜਦ ਇਹ ਸੱਚਮੁੱਚ ਬਦਲਦਾ ਆਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਓਹਾ ਕਿਵੇਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ? ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਪਰਿਵਰਤਨ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਈ ਤਜਰਬਿਆਂ ਨਾਲ ਸਿੱਧ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀ ਸੰਵੇਦਨ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਬੜੇ ਹਾਲਾਤ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਨ-ਅੰਧਤਾ ਵਾਪਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਪਰਿਵਰਤਨ ਪ੍ਰਤੱਖ ਹੋ ਜਾਏ, ਫਿਰ ਅੱਗੋਂ ਤਾਂ ਦਿੱਸਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜਦ ਤਕ ਪ੍ਰਤੱਖ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆ ਜਾਂਦਾ, ਉਸ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਚੱਲਦਾ।

ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਸਾਨੂੰ ਤਾਂ ਵੱਡੇ ਉਦੋਂ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਜਦ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਪੜੇ ਛੋਟੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਵੱਡੇ ਵੀ ਤਾਂ ਵੱਡੇ ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਵੇਂ ਦੇ ਉਵੇਂ ਲੱਗੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਪੜੇ ਛੋਟੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਪੜੇ ਛੋਟੇ ਵੀ ਲੱਗਣ ਲੱਗ ਜਾਣ ਤਾਂ ਵੀ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦੇ, ਕੇਵਲ ਮੋਟਾ ਹੋਇਆ ਹੀ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਪਰਿਵਰਤਨ-ਅੰਧਤਾ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੀ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਨ ਦੇਂਦੀ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਵੇਂ ਦੇ ਉਵੇਂ ਹੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਮੋਟੇ ਵੀ ਹੋ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਕਪੜੇ ਤਾਂ ਛੋਟੇ ਹੋ ਗਏ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਆਪ ਤਾਂ ਓਹਾ ਦੇ ਓਹਾ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਪਰਿਵਰਤਨ-ਅੰਧਤਾ ਕਾਰਨ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਅਸਾਂ ਮੁਕ ਵੀ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਮਰਦੇ ਵੇਖ ਕੇ ਵੀ ਸਮਝਦੇ ਨਹੀਂ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਸ਼ੇਖ਼ ਫ਼ਰੀਦ ਜੀ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ:

ਫਰੀਦਾ ਕਿਥੈ ਤੈਡੇ ਮਾਪਿਆ ਜਿਨ੍ੀ ਤੂ ਜਣਿਓਹਿ ॥
ਤੈ ਪਾਸਹੁ ਓਇ ਲਦਿ ਗਏ ਤੂੰ ਅਜੈ ਨ ਪਤੀਣੋਹਿ ॥

(ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1381)

ਪਰ ਜੇ ਆਪਣੀ ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲਤਾ ਵੱਲੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣਾ ਸਿੱਖ ਲਈਏ ਤਾਂ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਦਾ ਭੁਲੇਖਾ ਹੱਟ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧੇਰੇ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਨਾਲ ਹੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਥਿਰਤਾ ਦਾ ਗੁਮਾਨ ਹਿਲਣ ਲੱਗ ਜਾਵੇਗਾ।

ਪਰਬਤ ਉਪਰ ਚੜ੍ਹਨ ਲਈ ਟੀਸੀ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ

ਇਹ ਇਕ ਜ਼ੈਨ ਕਹਾਵਤ ਹੈ ਕਿ "ਪਰਬਤ ਉੱਤੇ ਚੜ੍ਹਨ ਲਈ ਟੀਸੀ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ।" ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬੜਿਆਂ ਦਾ ਇਹ ਯਕੀਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਬਣਾਏ ਹੀ ਐਸੇ ਗਏ ਹਨ ਜਾਂ ਆਦਤਾਂ ਵਿਗੜ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਹੁਣ ਜੈਸੇ ਹਨ, ਵੈਸੇ ਹੀ ਰਹਿਣਗੇ। ਇਹ ਹਉਮੈ ਦਾ ਪਾਇਆ ਹੋਇਆ ਇਕ ਭੁਲੇਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨਾ ਪਰਬਤ ਉਪਰ ਚੜ੍ਹਨ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੋ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਟੀਸੀ ਮਿੱਥੋ, ਜਿਥੇ ਅਪੜਨਾ ਹੈ ਤੇ ਉਥੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਅਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਥੇ ਹੀ ਟਿਕੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਥੇ ਆਰਾਮ ਜਾਪਦਾ ਹੋਵੇ। ਉਥੋਂ ਹਿਲਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਘਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ

ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਏ ਕਿ ਭਰਮ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਹਾਂ ਤਾਂ ਭਰਮ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਉੱਦਮ ਵੀ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਤੇ ਯਤਨ ਵੀ।

ਇਸ ਦਾ ਸਾਧਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਟੀਸੀ ਭਾਵ ਆਪਣਾ ਆਦਰਸ਼ ਮਿੱਥੋ। ਫਿਰ ਉਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖ ਕੇ ਯਤਨ ਅਰੰਭੋ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਸਮਝੀਏ ਕਿ ਅਸੀਂ ਗਤੀਹੀਨ ਜਾਂ ਥਿਰ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਕ ਗਤੀਮਾਨਤਾ ਹਾਂ ਅਥਵਾ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹਾਂ ਤੇ ਉਸ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦੀ ਸਦਾ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੋਚ ਕੇ ਜੋ ਟੀਸੀ ਤੁਸਾਂ ਆਪਣੇ ਵਾਸਤੇ ਮਿੱਥੀ ਹੈ, ਉਸ ਤਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਰਸਤੇ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ ਤਿਆਰ ਕਰੋ। ਭਾਵ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੋ ਕਿ ਉਥੇ ਅਪੜਨ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਕਿਹੜੇ ਪੜਾਵਾਂ ਥਾਣੀ ਲੰਘਣਾ ਪੈਣਾ ਹੈ। ਪਰ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਕਿ ਟੀਸੀ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਝਾਕ ਨਾ ਬਣਾਈਏ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋਵੇਗੀ। ਝਾਕ ਦੀ ਥਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਤਾਂਘ ਬਣਾਉ। ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਕਵੀ ਵਾਲਟ ਵਿਟਮੈਨ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ, "ਬੇੜਾ ਚਲਾਉ ਡੂੰਘੇ ਪਾਣੀਆਂ ਵਿਚ ਜਾਣ ਲਈ।" ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇ ਸਿਰੜ ਨਾਲ ਲੱਗਾਂਗੇ ਤਾਂ ਮਿੱਥੀ ਹੋਈ ਟੀਸੀ 'ਤੇ ਜ਼ਰੂਰ ਅੱਪੜ ਜਾਵਾਂਗੇ ਤੇ ਸਹੀ ਟੀਸੀ ਹੈ ਹਉਮੈ ਦੇ ਚੁੰਗਲ 'ਚੋਂ ਨਿਕਲਣਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਹਉਮੈ ਨਿਵਾਰਨ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਸਾਧਨ

ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਤਿੰਨ ਮੂਲ ਪੱਖ ਦਰਸਾਏ ਹਨ – ਸੇਵਾ, ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਅਰਦਾਸ। ਸੇਵਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ – ਉਸ ਦੇ ਜੀਆਂ ਵਿਚ ਉਸ ਨੂੰ ਸੇਵ ਕੇ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਉਸ ਦੀਆਂ ਸੰਗਤਾਂ ਦੀ ਆਉ ਭਗਤ ਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰ ਕੇ।

ਸਿਮਰਨ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਵਿਚ ਰੱਖ ਕੇ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰਤਾ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰ ਕੇ। ਉਸ ਨੂੰ ਧਿਆਉਣਾ, ਉਸ ਦਾ ਭਜਨ ਕਰਨਾ, ਉਸ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਨਾ ਤੇ ਨਾਮ ਦੇ ਆਸਰੇ ਵਾਲੀ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ।

ਅਰਦਾਸ ਉਸ ਅੱਗੇ ਆਪਣੇ ਦੁਖ ਦਰਦ ਰੱਖ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਲਈ ਬੇਨਤੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ, ਉਸ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਹੋਏ ਲਈ ਉਸ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰ ਕੇ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਨਾ ਦਿੱਤੇ ਵਿਚ ਉਸ ਦੀ ਸਿਆਣਪ ਭਰੀ ਮਸਲਤ ਸਮਝਣਾ।

ਸੇਵਾ

ਪੁਰਾਤਨ ਸਮੇਂ ਤੋਂ 'ਸੇਵਾ' ਦੇ ਦੋ ਅਰਥ ਹੁੰਦੇ ਚਲੇ ਆਏ ਹਨ – ਇਕ 'ਉਪਾਸਨਾ' ਤੇ ਦੂਜਾ 'ਟਹਿਲ'। ਉਪਾਸਨਾ ਜਾਂ ਪੂਜਾ ਦਾ ਕੰਮ ਹਿੰਦੂਆਂ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚੀ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ ਜਾਤ ਬ੍ਰਾਹਮਣਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਸੀ। ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਟਹਿਲ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਸਭ ਤੋਂ ਨੀਵੀਂ ਮਿੱਥੀ ਗਈ ਸ਼ੂਦਰ ਜਾਤ ਨੂੰ ਸੌਂਪਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿਚ ਸਭ ਇਨਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਨੇ ਪੂਜਾ-ਉਪਾਸਨਾ ਤੇ ਸੇਵਾ-ਟਹਿਲ ਦੇ ਦੋਨੋਂ ਕੰਮ ਇਕਠੇ ਕਰ ਸਭ ਲਈ ਅਨਿਵਾਰੀ ਕਰ ਦਿੱਤੇ। ਹਰ ਸਿੱਖ ਨੇ ਭਗਤੀ ਵੀ ਆਪ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਪੁਜਾਰੀ ਕੋਲੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਾਉਣੀ ਤੇ ਸੇਵਾ ਵੀ ਆਪ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਦਾ ਹੁਕਮ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ, ਸੇਵਾ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਵੀ ਕਾਇਮ ਕੀਤਾ। ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਤਪ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ:

ਗੁਰ ਸੇਵਾ ਤਪਾਂ ਸਿਰਿ ਤਪੁ ਸਾਰੁ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 423)*

ਇਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਜਿਸ ਨੇ ਕਦੇ ਸੇਵਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ, ਉਸ ਦੇ ਹੱਥ ਪੈਰ ਧਿੱਕਾਰੇ ਜਾਣ ਜੋਗੇ ਸਮਝੇ ਜਾਣ ਲੱਗੇ:

ਵਿਣੁ ਸੇਵਾ ਧ੍ਰਿਗੁ ਹਥ ਪੈਰ ਹੋਰ ਨਿਹਫਲ ਕਰਣੀ ॥

(ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ, ਵਾਰ 27, ਪਉੜੀ 10)

ਸੇਵਾ ਰਾਹੀਂ ਸ੍ਰੀ ਲਹਿਣਾ ਜੀ, ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਦੇਵ ਜੀ ਹੋਏ ਤੇ ਸ੍ਰੀ ਅਮਰ ਦਾਸ ਜੀ, ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ। ਸੇਵਾ ਦੇ ਸਬੱਬ ਨਾਲ ਹੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਇੱਜ਼ਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ:

ਵਿਚਿ ਦੁਨੀਆ ਸੇਵ ਕਮਾਈਐ॥
ਤਾ ਦਰਗਹ ਬੈਸਣੁ ਪਾਈਐ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 25)*

ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਹੈ, ਕਿਰਤ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਹੈ, ਨਿਸ਼ਕਾਮਤਾ ਦਾ ਪਹਿਰਾ ਹੈ। ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਕਰਦਿਆਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਫ਼ੁਰਮਾਇਆ:

ਸੇਵਾ ਕਰੀ ਜੇ ਕਿਛੁ ਹੋਵੈ ਅਪਣਾ ਜੀਉ ਪਿੰਡੁ ਤੁਮਾਰਾ॥
(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 635)

ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦਾ। ਜੋ ਸੇਵਾ ਕਰ ਕੇ ਵੀ ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੇਵਾ ਦਾ ਹੀ ਅਭਿਮਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਸੇਵਾ ਗੁਰੂ ਘਰ ਵਿਚ ਕਦਾਚਿਤ ਪ੍ਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਅਭਿਮਾਨ, ਸੂਖਮ ਤੋਂ ਸੂਖਮ ਹਉਮੈ ਵੀ ਪ੍ਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਕ ਵਾਕਿਆ ਦੱਸਣਾ ਇਥੇ ਵੀਚਾਰ-ਸੰਗਤ ਹੈ:

"ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਕਾਰ-ਸੇਵਾ ਹੋ ਰਹੀ ਸੀ। ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਇਕ ਧਨਾਢ ਸਿੱਖ ਉਥੇ ਆਇਆ ਤੇ ਸੇਵਾ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਸੰਤਾਂ ਨੂੰ ਆਖਣ ਲੱਗਾ, 'ਸੰਤ ਜੀ, ਮੈਂ ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਆਇਆ ਹਾਂ, ਮੈਨੂੰ ਵੀ ਕੋਈ ਸੇਵਾ ਬਖ਼ਸ਼ੋ।' ਸੰਤਾਂ ਨੇ ਲਾਗੇ ਪਈ ਟੋਕਰੀ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰ ਕੇ ਕਿਹਾ, 'ਇਕ ਟੋਕਰੀ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਚੁੱਕ ਲਉ।' ਤਦ ਉਸ ਧਨਾਢ ਸਿੱਖ ਨੇ ਕਿਹਾ, 'ਮਹਾਰਾਜ! ਕੋਈ ਵੱਡੀ ਸੇਵਾ ਬਖ਼ਸ਼ੋ।' ਸੰਤਾਂ ਆਖਿਆ, 'ਦੋ ਟੋਕਰੀਆਂ ਚੁੱਕ ਲਉ।' ਧਨਾਢ ਸਿੱਖ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, 'ਤੁਹਾਡਾ ਬੜਾ ਖ਼ਰਚ ਹੁੰਦਾ ਹੋਣਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਧਨ ਦੀ ਸੇਵਾ ਬਖ਼ਸ਼ੋ।' ਸੰਤਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਅੱਗੇ ਪਈ ਉਸ ਟੋਕਰੀ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਿਆਂ ਆਖਿਆ, 'ਇਸ ਟੋਕਰੀ ਨੂੰ ਵੇਖ ਗੁਰਮੁਖਾ! ਇਸ ਵਿਚ ਜੋ ਕੋਈ ਚਾਹੇ ਇਸ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਤਿਲ-ਫੁੱਲ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਿਹਰ ਸਦਕਾ ਇਸ ਵਿਚ ਉਤਨੇ ਹੀ ਪੈਸੇ ਨਿਕਲ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਤਨੇ ਮੈਂ ਕਾਰੀਗਰਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਦੇਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਾਮੀਂ ਮੈਂ ਇਹ ਟੋਕਰੀ ਮੂਧੀ ਮਾਰ ਕੇ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ ਤੇ ਤੜਕੇ ਆ ਕੇ ਸਿੱਧੀ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹਾਂ। ਗੁਰੂ ਰੂਪ ਸੰਗਤ ਦੀ ਬਖ਼ਸ਼ਸ਼ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਜੋਗੀ ਫੇਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕਦੇ ਮਾਇਆ ਘਟੀ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰ ਲਵਾਂਗੇ। ਪਰ ਇਕ ਗੱਲ ਯਾਦ ਰੱਖਿਓ, ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਧਨ ਦਾ ਅਭਿਮਾਨ ਹੈ। ਅਭਿਮਾਨ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਸੇਵਾ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਨਿਸਫਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।'"

ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਲੱਗਿਆਂ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਵਿਚ ਆਉਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੀਏ ਕਿ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਅਸੀਂ ਨਹੀਂ, ਕੇਵਲ ਉਹ ਦਾਤਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਬਖ਼ਸ਼ੀ ਹੋਈ ਦਾਤ ਵਿੱਚੋਂ ਅਸੀਂ ਤਿਲ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਮਸਾਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਸੇਵਾ ਬੜੀ ਹੀ ਸੁੰਦਰ ਤੇ ਸੁੱਚ ਕਿਰਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਤਦੇ ਜੇ ਅੰਦਰੋਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਨਾਲ

ਪੂਰੇ ਮਨ ਨਾਲ ਤੇ ਸੁਤੰਤਰ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਸੇਵਾ ਆਚਰਣ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉੱਚਾ ਹੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਦੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਆਇਆ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬਦਕਿਸਮਤ ਕੋਈ ਜਨ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

ਪਰੋਪਕਾਰ

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਰਗ ਦਾ ਰਾਹ ਪਰੋਪਕਾਰ ਥਾਣੀ ਲੰਘਦਾ ਹੈ। ਪਰੋਪਕਾਰ (ਪਰ-ਉਪਕਾਰ) ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ – ਹੋਰਨਾਂ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰਨਾ। ਸੋ, ਪਰੋਪਕਾਰੀ ਜੀਵ ਸੁਆਰਥ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਭਲਾ ਚਿਤਵਦਾ ਤੇ ਭਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਪਰੋਪਕਾਰੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਪਰੋਪਕਾਰ ਨੂੰ ਦੈਵੀ ਗੁਣ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤੋਂ ਉਤਰ ਕੇ ਅਗਲਾ ਵੱਡਾ ਪਰੋਪਕਾਰੀ ਗੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਧਰਮ ਕਰਮ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ-ਸਿਮਰਨ ਵੱਲ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪਰਮਾਰਥ ਵੱਲ ਜੀਆਂ ਦੇ ਚਿੱਤ ਨੂੰ ਮੋੜਦਾ ਹੈ।

ਪਰੋਪਕਾਰੀ ਗੁਰੂ ਦੇ ਬਚਨਾਂ ਦਾ ਪਾਲਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਪ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਸੁਝਾਏ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਚੱਲ ਕੇ ਪਰੋਪਕਾਰੀ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਿਮਰਨ ਰਾਹੀਂ ਇਸ ਪਰੋਪਕਾਰੀ ਰੁਝਾਣ ਨੂੰ ਸਸ਼ਕਤ ਕਰਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਢਾਲਣ ਵਾਲੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਅਭੇਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਐਸੇ :

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਪਰਉਪਕਾਰ ਉਮਾਹਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 273)*

ਐਸੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਤਾਂ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਤੋਂ ਪਾਰ ਹੋ ਗਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਐਪਰ ਪਰਉਪਕਾਰ ਦਾ ਉਮਾਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਜਨਮ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਦਾ ਹੈ।[1] ਐਸੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਲੈ ਕੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਆਪ ਪਰੋਪਕਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ :

ਪਰਉਪਕਾਰੁ ਨਿਤ ਚਿਤਵਤੇ ਨਾਹੀ ਕਛੁ ਪੋਚ॥

(ਬਿਲਾਵਲ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 815)

ਪਰੋਪਕਾਰੀ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਨਿਵਿਰਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸੌਖਿਆਂ ਹੀ ਸਫਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕਈਆਂ ਉਪਰ ਹਉਮੈ ਆਪਣਾ ਨਾਕਾ-ਬੰਦ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਰੋਪਕਾਰ ਦਾ ਅਭਿਮਾਨ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਉਂ ਪਰੋਪਕਾਰ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਉਹ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਹੀ ਨਾਸ਼ਤਾ ਖਿਲਾਉਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।

ਪਰ ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੱਬ ਦਾ ਉਸ ਪ੍ਰਤੀ ਪਿਆਰ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਜਾਗਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਇਸ ਪਿਆਰ ਦੇ ਇਵਜ਼ ਵਿਚ ਹੋਰਾਂ ਜੀਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਲੱਗਦਾ ਤੇ ਪਰੋਪਕਾਰ ਵਿਚ ਉਮਾਹ ਨਾਲ ਜੁਟਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਐਸੇ ਗੁਰਮੁਖ ਰੱਬ ਵੱਲੋਂ ਮਿਲੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਬਦਲ ਵਿਚ ਹੋਰਾਂ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਰੱਬ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਰੀਝਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

---

1. ਜਨਮ ਮਰਣ ਦੁਹਹੂ ਮਹਿ ਨਾਹੀ ਜਨ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਆਏ॥
ਜੀਅ ਦਾਨੁ ਦੇ ਭਗਤੀ ਲਾਇਨਿ ਹਰਿ ਸਿਉ ਲੈਨਿ ਮਿਲਾਏ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 749)*

ਸਿਮਰਨ

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਨਾਮ ਦੀ ਆਰਾਧਨਾ ਵਿਚ ਉਮਰ ਬਿਤਾਈ ਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਵੱਲ ਲਗਾਇਆ, ਨਾਮ ਜਪ ਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰੂਹਾਨੀਅਤ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮੰਜ਼ਲਾਂ ਤੈਅ ਕੀਤੀਆਂ ਤੇ ਕੁਲ ਅਧਿਆਤਮਕ ਰਹੱਸਾਂ ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣੂ ਹੋਏ, ਉਹੀ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੀ ਮਹੱਤਾ ਤੇ ਲੱਖਤਾ ਦੱਸ ਤੇ ਸਮਝਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਐਸੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਗੁਰਮੁਖ ਬਾਬਾ ਹਰੀ ਸਿੰਘ ਜੀ ਹੋਏ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਐਸੇ ਰਹੱਸਾਂ ਦੀ ਸਵਿਸਥਾਰ ਚਰਚਾ ਆਪਣੀ ਮਹਾਨ ਪੁਸਤਕ *ਰਾਹਨੁਮਾਏ ਦੀਦਾਰ-ਏ-ਹੱਕ*[2] ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ ਅਸੀਂ ਉਸੇ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚ ਦਿੱਤੇ ਵਿਚਾਰ ਦਾ ਸਾਰੰਸ਼ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ:

ਸਤਿਨਾਮ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਬੜੀਆਂ ਜੁਗਤਾਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਕੀਸ਼ਵਰ-ਉਪਾਸਨਾ ਵਿਚ ਵੱਡਾ ਦਖ਼ਲ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਪ ਸੀਨਾ-ਬਸੀਨਾ ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਤੁਰਦੇ ਆਏ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਣ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਦੱਸੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਪਹਿਲਾ ਇਹ ਕਿ ਨਾਮ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਬਣੀ ਰਹੇ। ਇਸ ਲਈ ਗੁਰੂ ਕੇਵਲ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੂੰ ਹੀ ਨਾਮ ਦਾਨ ਦੇਂਦਾ ਸੀ ਤੇ ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਨਾਮ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਦੂਜਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਨਾਮ ਦਾਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦੀ ਆਪਣੀ ਕਮਾਈ ਇਤਨੀ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਹ ਜਿਸ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਨਾਮ ਦਾਨ ਕਰੇ, ਉਸ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਦੇ ਸਮਰਥ ਹੋਵੇ। ਤੀਜਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਸਾਧਕ ਪ੍ਰਤੀ ਗੁਰੂ ਗੁਪਤ ਨਾਮ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਕੇ ਦੇਂਦਾ ਸੀ, ਇਸ ਨਾਲ ਸਾਧਕ ਦੇ ਆਤਮ ਬਲ ਤੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਚੌਥਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੋ ਜਾਵੇ ਕਿ ਜਿਸ ਗੁਰੂ ਨੇ ਉਸ ਪ੍ਰਤੀ ਗੁਹਜ ਨਾਮ ਦਾ ਪ੍ਰਗਾਸ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਸਦਾ ਉਸ ਦੀ ਆਗਿਆ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ 'ਤੇ ਚੱਲ ਕੇ ਹੀ ਅਧਿਆਤਮ ਮਾਰਗ ਦਾ ਔਖਾ ਪੈਂਡਾ ਤੈ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਅੰਤ ਤਕ ਨਾਮ ਦਾ ਹੀ ਜਾਪ ਤੇ ਆਵਾਹਨ ਚੱਲਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਆਖ਼ਰ ਤਕ ਸਭ ਰੂਹਾਨੀ ਮੰਜ਼ਲਾਂ ਇਸੇ ਆਸਰੇ ਤੈ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਾਪ ਦਾ ਇਸ਼ਟ ਮੰਤ੍ਰ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਇਸ਼ਾਰੇ ਮਾਤਰ ਹੀ ਆਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਮੰਤ੍ਰ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ) ਦਾ ਜਾਪ ਛੇਵੇਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਗੁਰੂ ਹਰਿਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਵਿਚ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਹੋ ਗਿਆ। ਦਸਵੇਂ ਗੁਰੂ, ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਇਸ ਜਾਪ ਦੇ ਜਪਣ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਆਮ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਜਿਊੜਿਆਂ ਨੇ ਉਸ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਜਾਪ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਿਹਨਤ-ਮੁਸ਼ੱਕਤ ਅਥਵਾ ਘਾਲ-ਕਮਾਈ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੋਈ ਹੈ। ਉਹ ਮਾਲਕ ਦੀ

2. ਬਾਬਾ ਹਰੀ ਸਿੰਘ ਗੁਰਮੁਖ ਲਾਂਬਾ ਭਾਗੋਵਾਲੀਆ, *ਰਾਹਨੁਮਾਏ ਦੀਦਾਰ-ਏ-ਹੱਕ* (ਉਰਦੂ), ਦੀਵਾਨ ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਪ੍ਰੈੱਸ, ਲਾਹੌਰ, 1932.

ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਉੱਜਲ-ਮੁੱਖ ਹੋ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਕੇਵਲ ਆਪ ਹੀ ਮੁਕਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਅਣਗਿਣਤ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮੁਕਤ ਕਰਾਉਂਦੇ ਹਨ।[3]

ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ

ਪ੍ਰੇਮ ਇਕ ਨਿਰਮਲ, ਉੱਦਾਤ, ਕੋਮਲਤਮ ਤੇ ਸੀਮਾ-ਰਹਿਤ ਭਾਵ ਹੈ, ਜੋ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਅਪਾਰ ਰਸਦਾਇਕਤਾ ਭਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਉਦਾਰਤਾ ਦੀ ਕੋਈ ਹੱਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਹ ਕੇਵਲ ਦੇਂਦਾ ਹੀ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਮੰਗਦਾ ਕੁਝ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਨਿਘਾਰਦਾ ਤੇ ਆਤਮਾ ਦੀ ਨਿਰਮਲਤਾ ਨੂੰ ਨਿਖਾਰਦਾ, ਦੈਵੀ ਮੰਡਲਾਂ ਵਿਚ ਵਸਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ:

ਨਿਰਮਲ ਹੰਸਾ ਪ੍ਰੇਮ ਪਿਆਰਿ ॥
ਹਰਿ ਸਰਿ ਵਸੈ ਹਉਮੈ ਮਾਰਿ ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 128)*

ਇਸ ਦੀ ਦੈਵੀ ਖਿੱਚ ਬੜੀ ਡਾਢੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਦਾ ਮਧੁਰ ਤੀਰ ਵੱਜਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਇਸ ਦੀ ਕਸਕ ਤੋਂ ਵਾਕਫ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਜਿਊਂਦਿਆਂ ਹੀ ਮਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਹਰਿ ਪ੍ਰੇਮ ਬਾਣੀ ਮਨੁ ਮਾਰਿਆ ਅਣੀਆਲੇ ਅਣੀਆ ਰਾਮ ਰਾਜੇ ॥
ਜਿਸੁ ਲਾਗੀ ਪੀਰ ਪਿਰੰਮ ਕੀ ਸੋ ਜਾਣੈ ਜਰੀਆ ॥
ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ ਸੋ ਆਖੀਐ ਮਰਿ ਜੀਵੈ ਮਰੀਆ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 449)*

ਭਗਤੀ ਆਪਣੇ ਇਸ਼ਟ ਦੇਵ ਪ੍ਰਤਿ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਅਰਪਿਤ ਹੋਣਾ ਹੈ। ਸ਼ਰਧਾ ਇਸ ਦੀ ਜਨਮ-ਘੁੱਟੀ ਹੈ ਤੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਤਸੱਵਰ ਵਿਚ ਲੀਨਤਾ ਇਸ ਦਾ ਅਚੁੱਕ ਸੁਭਾਉ:

ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਜੀਉ ਮਿਤ੍ਰਾ ਹਰਿ ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ ਮਨੁ ਲੀਨਾ ॥
(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 80)

ਇਸ ਦਾ ਰਸ ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਰਸ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਸੂਖਮ, ਉੱਤਮ ਤੇ ਨਿਸਤਾਰਨਹਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[4] ਭਗਤ ਸੁਤੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਗਾਇਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[5] ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਪਤੀਜਦਾ ਹੈ।[6] ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਭਰਮ-ਅੰਧੇਰਾ ਮਿੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ[7] ਤੇ ਆਚਰਣਕ ਨਿਰਮਲਤਾ ਵਾਲਾ ਖ਼ਾਲਸ ਗੁਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[8]

---

3. ਜਿਨੀ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ਗਏ ਮਸਕਤਿ ਘਾਲਿ ॥
ਨਾਨਕ ਤੇ ਮੁਖ ਉਜਲੇ ਕੇਤੀ ਛੁਟੀ ਨਾਲਿ ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 8)*
4. ਕਹਿ ਕਬੀਰ ਗੁਰ ਮਿਲਤ ਮਹਾ ਰਸੁ ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ ਨਿਸਤਾਰਿਓ ਰੇ ॥
(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 335)
5. ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ ਨਾਨਕ ਗੁਣ ਗਾਉ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 200)*
6. ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ ਪ੍ਰਭਿ ਮਨੁ ਪਤੀਆਇਆ ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 686)*
7. ਪੂਰੈ ਗੁਰਿ ਮੇਟਿਓ ਭਰਮੁ ਅੰਧੇਰਾ ॥ ਭਜੁ ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ ਪ੍ਰਭੁ ਨੇਰਾ ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 615)*
8. ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਜਨ ਭਏ ਖਾਲਸੇ ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ ਜਿਹ ਜਾਨੀ ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 655)*

ਜਦ ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਦੀ ਜੋਤਿ ਜਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਲਾਟ ਨਾਲ ਹਉਮੈ ਸੜ ਮਰਦੀ ਹੈ।[9] ਮਨ ਸੁਤੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਮਹਿਬੂਬ ਦੀ ਕੀਰਤੀ ਗਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕੀਰਤਨ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਆਧਾਰ ਬਣਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।[10] ਉਹ ਤਾਂ ਜਿਊਂਦਿਆਂ ਹੀ ਮੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[11] ਫਿਰ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਭਗਤ ਕਰਨਿ ਹਰਿ ਚਾਕਰੀ ਜਿਨੀ ਅਨਦਿਨੁ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ॥
ਦਾਸਨਿ ਦਾਸ ਹੋਇ ਕੈ ਜਿਨੀ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਗਵਾਇਆ ॥

(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 145)

ਜਿਸ ਨੇ ਹਉਮੈ ਨਹੀਂ ਤਜੀ, ਅਹੰਕਾਰ ਨਹੀਂ ਤਿਆਗਿਆ, ਉਹ ਤਾਂ ਭਗਤੀ ਦੀ ਸਾਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜਾਣ ਸਕਦਾ।[12] ਪਰ ਜੋ ਹਉਮੈ ਤੇ ਦੁਬਿਧਾ ਨੂੰ ਮਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਨਾਮ ਦਾ ਵਾਸਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਤਾਂ ਨਾਮ ਨੂੰ ਹੀ ਆਪਣੀ ਜਾਤ-ਪਾਤ ਮੰਨਦੇ ਹਨ।[13]

ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਦਾ ਇਕ ਅੰਗ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਭੈ ਵੀ ਹੈ, ਇਸ ਬਿਨਾਂ ਭਗਤੀ ਸੰਪੂਰਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਜਦ ਇਹ ਆਣ ਵੱਸੇ ਤਾਂ ਦਿਨ ਰਾਤ ਧਿਆਨ ਅੰਦਰ ਨਾਮ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਹਉਮੈ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਮਾਇਆ ਮੋਹ ਸੜ ਕੇ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

ਇਕਿ ਅਨਦਿਨੁ ਭਗਤਿ ਕਰਹਿ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਉਰਿ ਧਾਰੀ ॥
ਅਨਦਿਨੁ ਰਾਤੇ ਸਹਜੇ ਮਾਤੇ ਸਹਜੇ ਹਉਮੈ ਮਾਰੀ ॥
ਭੈ ਬਿਨੁ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਈ ਕਬ ਹੀ ਭੈ ਭਾਇ ਭਗਤਿ ਸਵਾਰੀ ॥
ਮਾਇਆ ਮੋਹੁ ਸਬਦਿ ਜਲਾਇਆ ਗਿਆਨਿ ਤਤਿ ਬੀਚਾਰੀ ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 911)

ਭਗਤੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਭੈ ਸਾਧਾਰਨ ਭੈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਹ ਤਾਂ ਨਿਰਮਲ ਭਉ (awe) ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਧਾਰਨ ਭਉ ਵਿਚ ਅੰਦਰ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਤੇ ਅਸ਼ਾਂਤੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ। ਨਿਰਮਲ ਭਉ ਹਉਮੈ ਤੇ ਦੁਬਿਧਾ ਨੂੰ ਮਾਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[14] ਸੋ, ਜਿਸ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵੀ ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਦਾ ਵਾਸਾ ਆਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਹਉਮੈ, ਮੋਹ, ਮਾਇਆ ਆਦਿ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਨਿਵਿਰਤ ਹੋਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਅਰਦਾਸ

ਅਰਦਾਸ, ਸਿਦਕ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਦਾ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਾਧਨ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਜੁੜਨਾ,

---

9. ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ ਕਰੇ ਲਿਵ ਲਾਇ ॥ ਹਉਮੈ ਮਮਤਾ ਸਬਦਿ ਜਲਾਇ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 841)*
10. ਭਗਤ ਵਸਹਿ ਕੀਰਤਨ ਆਧਾਰੇ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 237)*
11. ਸੇ ਭਗਤ ਹਰਿ ਭਾਵਦੇ ਜੋ ਗੁਰਮੁਖਿ ਭਾਇ ਚਲੰਨਿ ॥
ਆਪੁ ਛੋਡਿ ਸੇਵਾ ਕਰਨਿ ਜੀਵਤ ਮੁਏ ਰਹੰਨਿ ॥ *(ਗਉੜੀ ਬੈਰਾਗਣਿ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 233)*
12. ਭਗਤੀ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣਨੀ ਮਨਮੁਖ ਅਹੰਕਾਰੀ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 429)*
13. ਹਿਰਦੈ ਏਕੋ ਨਾਮੁ ਵਸੈ ਹਉਮੈ ਦੁਬਿਧਾ ਮਾਰਿ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 429)*
14. ਨਿਰਮਲੁ ਭਉ ਪਾਇਆ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਇਆ ਹਰਿ ਵੇਖੈ ਰਾਮੁ ਹਦੂਰੇ ॥
(ਸੂਹੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 774)

ਆਪਣੇ ਰੱਬ ਦੇ ਹਜ਼ੂਰ-ਹਾਜ਼ਰ ਹੋ ਕੇ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਣ ਕਰਨਾ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਰਹਿਮਤ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਆਮੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਜੋੜਿਆ ਸਾਰਾ ਕੂੜਾ ਹੂੰਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ ਦੋ ਭਾਵ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਹੁੰਦੇ ਹਨ – ਇਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਬਖ਼ਸ਼ੰਦਗੀ ਦਾ ਤੇ ਦੂਜਾ ਆਪਣੀ ਗੁਨਾਹਗਾਰੀ[15] ਦਾ। ਹਰ ਗੁਨਾਹ ਦਾ ਆਦਿ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਹਉਮੈ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਪਰਾਧ ਹੋ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਤੇ ਜੇ ਪਾਪਾਂ ਨੂੰ ਬਖ਼ਸ਼ਣਹਾਰਾ ਕੋਈ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਰਦਾਸ ਕਿਸ ਅੱਗੇ ਹੋਵੇ? ਇਸ ਲਈ ਅਰਦਾਸ ਉਸੇ ਅੱਗੇ ਵਾਜਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ:

ਅਸੰਖ ਖਤੇ ਖਿਨ ਬਖਸਨਹਾਰਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 260)*

ਉਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਬਖ਼ਸ਼ਣਹਾਰਾ ਹੈ ਵੀ ਕਿਹੜਾ?

ਨਾਨਕ ਅਵਰੁ ਨ ਸੁਝਈ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਬਖਸਣਹਾਰੁ॥
(ਵਾਰ ਬਿਲਾਵਲ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 853)

ਖਿਮਾ ਤਾਂ ਪਿਆਰਵਾਨ ਰੱਬ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਮੁੱਢਲਾ ਗੁਣ ਹੈ।[16] ਬਖ਼ਸ਼ਣ ਲੱਗਿਆਂ ਉਹ ਦਾਤਾ ਬੜਾ ਉਦਾਰ ਤੇ ਬੜਾ ਦਇਆਵਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[17]

ਭਗਤ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ ਫ਼ੁਰਮਾਂਦੇ ਹਨ:

ਜਉ ਪੈ ਹਮ ਨ ਪਾਪ ਕਰੰਤਾ ਅਹੇ ਅਨੰਤਾ॥
ਪਤਿਤ ਪਾਵਨ ਨਾਮੁ ਕੈਸੇ ਹੁੰਤਾ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ, ਪੰਨਾ 93)*

ਜੇਕਰ ਆਪਣੀ ਸਦ-ਗੁਨਾਹਗਾਰੀ ਦੀ ਸ਼ਰਮਿੰਦਗੀ ਦੇ ਇਹਸਾਸ ਨਾਲ ਸੱਚੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਮਨ ਵਿਚ ਲੈ ਕੇ ਉਸ ਅੱਗੇ ਖਿਮਾ ਦੀ ਝੋਲੀ ਅੱਡੀਏ ਤਾਂ ਉਹ:

ਕੰਠਿ ਲਾਇ ਅਵਗੁਣ ਸਭਿ ਮੇਟੇ ਦਇਆਲ ਪੁਰਖ ਬਖਸੰਦ॥
(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 681)

ਇਹੋ ਗੁਣ ਰੱਬ-ਰੂਪ ਗੁਰੂ ਦਾ ਵੀ ਹੈ। ਉਹ ਨਿਰਵੈਰ ਪੁਰਖ ਵੀ ਬਖ਼ਸ਼ਣ ਲਈ ਸਦਾ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[18] ਅਰਦਾਸ ਸਦਾ ਆਪਣੀ ਹੀਣਤਾ ਤੇ ਨੀਚਤਾ ਦੇ ਭਾਵ ਨਾਲ ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਉਸ ਬਖ਼ਸ਼ਿੰਦ ਸਚਿਆਰੇ ਪ੍ਰਭੂ ਅੱਗੇ ਅਰਜ਼ੋਈ ਕਰਨੀ ਹੈ।[19]

ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣਾ ਅਭਿਮਾਨ ਤਿਆਗਣਾ ਤੇ ਦੀਨਤਾ ਨਾਲ ਮਾਲਕ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਲੋਚਣੀ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਹੀ ਸੁਹਿਰਦ ਮਿੱਠੇ ਬਚਨਾਂ ਨਾਲ ਅਰਦਾਸ ਹੋ

---

15. ਹਮ ਅਪਰਾਧੀ ਸਦ ਭੂਲਤੇ ਤੁਮ੍ ਬਖਸਨਹਾਰੇ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 809)*
16. ...ਜਹਾ ਖਿਮਾ ਤਹ ਆਪਿ॥ *(ਸਲੋਕ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1372)*
17. ਤੇਰੀ ਪਨਹ ਖੁਦਾਇ ਤੂ ਬਖਸੰਦਗੀ॥ *(ਆਸਾ ਫਰੀਦ ਜੀ, ਪੰਨਾ 488)*
18. ਨਿਰਵੈਰ ਪੁਰਖ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਭ ਦਾਤੇ॥
ਹਮ ਅਪਰਾਧੀ ਤੁਮ੍ ਬਖਸਾਤੇ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1141)*
19. ਹੀਣਉ ਨੀਚੁ ਕਰਉ ਬੇਨੰਤੀ ਸਾਚੁ ਨ ਛੋਡਉ ਭਾਈ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 767)*

ਸਕਦੀ ਹੈ।[20] ਅਰਦਾਸ ਤਾਂ ਆਪਾ ਤਿਆਗ ਕੇ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।[21] ਸੱਚੀ ਅਰਦਾਸ ਲਈ ਤਾਂ ਮਨ ਤਨ ਅਰਪਣਾ ਤੇ ਸਭ ਸਿਆਣਪਾਂ ਛੋੜਨੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ।[22] ਫਿਰ ਜਦ ਇਹ ਅਰਦਾਸ ਕਰੀਏ ਕਿ "ਹੇ ਮਾਲਕ! ਆ ਤੇ ਮੇਰੇ ਮਨ ਮੰਦਰ ਵਿਚ ਆ ਜਾ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਆਮਦ ਲਈ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਭਸਮ ਹੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।"

ਸੁਣਿ ਨਾਹ ਪਿਆਰੇ ਇਕ ਬੇਨੰਤੀ ਮੇਰੀ ॥
ਤੂ ਨਿਜ ਘਰਿ ਵਸਿਅੜਾ ਹਉ ਰੁਲਿ ਭਸਮੈ ਢੇਰੀ ॥ *(ਤੁਖਾਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1111)*

ਇਉਂ ਅਰਦਾਸ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਨਿਵਾਰਨ ਦਾ ਅਤਿ ਸਫਲ ਸਾਧਨ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਪਰੇ ਰੱਖੇ ਬਿਨਾਂ ਅਰਦਾਸ ਹੋ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ। ਫਿਰ ਭਾਵੇਂ ਇਕ ਛਿਨ ਲਈ ਵੀ ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਅਰਦਾਸ ਕਰੀਏ, ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਛੱਡਣੀ ਹੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

---

20. ਮਿਸਟ ਬਚਨ ਬੇਨਤੀ ਕਰਉ ਦੀਨ ਕੀ ਨਿਆਈ ॥
ਤਜਿ ਅਭਿਮਾਨੁ ਸਰਣੀ ਪਰਉ ਹਰਿ ਗੁਣ ਨਿਧਿ ਪਾਈ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 745)*
21. ਆਪੁ ਛੋਡਿ ਬੇਨਤੀ ਕਰਹੁ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 295)*
22. ਜੀਅ ਕੀ ਬਿਰਥਾ ਹੋਇ ਸੁ ਗੁਰ ਪਹਿ ਅਰਦਾਸਿ ਕਰਿ ॥
ਛੋਡਿ ਸਿਆਣਪ ਸਗਲ ਮਨੁ ਤਨੁ ਅਰਪਿ ਧਰਿ ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 519)*

ਜਾਗ ਲੇਹੁ ਰੇ ਮਨਾ ਜਾਗ ਲੇਹੁ

ਨਿੱਤ ਦੀ ਧੰਧੇ-ਧਾਵਣੀ ਸਾਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਅਸਲ ਮਹੱਤਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੇਂਦੀ। ਜੇ ਕਦੇ ਅਸੀਂ ਕੇਵਲ ਜਿਊਂਦੇ ਰਹਿਣ ਦੇ ਧੰਧਿਆਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਲੱਗਦੇ ਹਾਂ ਤਦ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਅਸਲ ਮਹੱਤਾ ਵੱਲੋਂ ਸੁੱਤੇ ਹੀ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਇੰਜ ਆਏ, ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਉਜੜੇ ਘਰ ਮਹਿਮਾਨ ਆਇਆ ਹੋਵੇ, ਜੋ ਜਿਵੇਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਹੀ ਉੱਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਜੋ ਜਾਗੇ ਸੇ ਉਬਰੇ ਸੂਤੇ ਗਏ ਮੁਹਾਇ॥
ਸਚਾ ਸਬਦੁ ਨ ਪਛਾਣਿਓ ਸੁਪਨਾ ਗਇਆ ਵਿਹਾਇ॥
ਸੁੰਞੇ ਘਰ ਕਾ ਪਾਹੁਣਾ ਜਿਉ ਆਇਆ ਤਿਉ ਜਾਇ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨੇ 34-35)

ਤਦ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸੁਪਨੇ ਵਾਂਗ ਵਿਹਾ ਗਈ ਹੈ। ਨਾ ਅਸਾਂ ਇਸ ਦਾ ਅਸਲ ਮਹੱਤਵ ਸਮਝਿਆ, ਨਾ ਉਸ ਅਨਸਾਰ ਜੀਵੇ ਹੀ। ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰੀ ਬੰਦਿਆਂ ਵਾਂਗ ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਬਉਰੇ ਹੋਏ ਰਹੇ ਹਾਂ:

ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਸਭੁ ਜਗੁ ਬਉਰਾਨਾ॥
ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਨਾ॥
ਬਹੁ ਚਿੰਤਾ ਚਿਤਵੈ ਆਪੁ ਨ ਪਛਾਨਾ॥
ਧੰਧਾ ਕਰਤਿਆ ਅਨਦਿਨੁ ਵਿਹਾਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 159)*

ਜਦ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਤ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ:

ਮਨੁ ਸੋਇਆ ਮਾਇਆ ਬਿਸਮਾਦਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 182)*

ਭਾਵ ਮਨ ਤਾਂ ਮਾਇਆ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਨਸ਼ੇ (ਬਿਸ-ਮਾਦ) ਕਾਰਨ ਸੁੱਤਾ ਹੀ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਸੁਰਤਿ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੀ ਆਰਜਾ ਅਸੀਂ ਮਾਇਆ ਤੇ ਮੋਹ ਦੇ ਭਜਾਏ, ਭੱਜਦੇ ਫਿਰੇ ਹਾਂ, ਨਾ ਰੱਬ ਚੇਤੇ ਆਇਆ, ਨਾ ਮਰਨਾ। ਤਦ ਅੰਦਰ ਪਛਤਾਵੇ ਦਾ ਦੁਖ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਦੁਖ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜਾਗ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨ ਸੋਚਦਾ ਹੈ:

ਜੋ ਜਾਗੇ ਸੇ ਉਬਰੇ ਸੂਤੇ ਗਏ ਮੁਹਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 34)*

ਤਦ ਵਿਚਾਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਚਣ ਵਾਸਤੇ ਹੁਣ ਹੀ ਜਾਗਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਜੀਵਨ

ਦਾ ਅਸਲ ਮਕਸਦ ਕਦਾਚਿਤ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਣਾ।[1] ਪੂਰੀ ਵਸਤ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਭਾਵ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮਕਸਦ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਜਾਗਣਾ ਅਵੱਸ਼ ਪਵੇਗਾ।

ਪਰ ਜਾਗੇ ਕਿਵੇਂ? ਇਹ ਜਾਨਣ ਲਈ ਗੁਰੂ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਗੁਰੂ ਉਸ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਂਦਾ ਹੈ:

ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਜੁਗਤਿ ਸਚੁ ਜਾਗੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 223)*

ਅਥਵਾ ਉਹੀ ਜਾਗਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਗਿਆਨ ਤੇ ਧਿਆਨ ਦੀ ਜੁਗਤ ਰਾਹੀਂ ਸੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਵਿਚ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਬਾਹਰਲੇ ਧੰਧਿਆਂ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਦੀ ਥਾਂ ਅੰਦਰਲੇ ਉਦੇਸ਼ ਵੱਲ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਬਾਹਰੀ ਧੰਧਿਆਂ ਵਿਚ ਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਤਿਆਗ ਤੇ ਅੰਦਰਲੇ ਪਾਸੇ ਜੁੜਨ ਲਈ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਪ੍ਰੀਤ ਲਾਉਣੀ ਇਸ ਦਾ ਸਾਧਨ ਹੈ। ਇਉਂ ਜਾਗਣਾ ਕੇਵਲ ਕਿਸੇ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਤਾਂ ਸਮਸਤ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ, ਸਾਰੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੇ ਬਿਬੇਕ ਦਾ ਵੀ ਉਦੇਸ਼ ਹੈ।

ਜਾਗਣ ਲਈ ਸਹਿਜ ਗਿਆਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਲਿਵ ਬਿਨਾਂ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤੇ ਲਿਵ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਬਿਨਾਂ ਲੱਗ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ।

ਉਪਜੈ ਸਹਜੁ ਗਿਆਨ ਮਤਿ ਜਾਗੈ॥
ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਅੰਤਰਿ ਲਿਵ ਲਾਗੈ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 92)*

ਜਿਹੜਾ ਸਾਧਕ ਵੀ ਸਹਿਜ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਜਾਗ੍ਰਿਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਫਿਰ ਕਦੇ ਸੌਂ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ, ਭਾਵ ਅੰਦਰਲੇ ਰੂਹਾਨੀ ਮਕਸਦ ਵੱਲੋਂ ਅਵੇਸਲਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਪਰ ਇਹ ਮਕਸਦ ਵੀ ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਬਾਝੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ:

ਸਹਜੇ ਜਾਗੈ ਸਵੈ ਨ ਕੋਇ॥
ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਬੂਝੈ ਜਨੁ ਕੋਇ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 160)*

ਇਹ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਯਤਨਾਂ ਦਾ ਫਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਆਪਣੇ ਯਤਨਾਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਸੰਭਾਲ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਜਾਗਣ ਦੀ ਥਾਂ ਜਾਗਣ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਤਾਂ ਸਮਝ ਸਕਾਂਗੇ, ਪਰ ਜਾਗ ਆਵੇਗੀ ਨਹੀਂ। ਪੂਰਬਲੇ ਕਰਮ ਚੰਗੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਹੀ ਇਸ ਜਨਮ ਵਿਚ ਅੰਕੁਰ ਫੁੱਟਦਾ ਹੈ:

ਪੂਰਬ ਕਰਮ ਅੰਕੁਰ ਜਬ ਪ੍ਰਗਟੇ ਭੇਟਿਓ ਪੁਰਖੁ ਰਸਿਕ ਬੈਰਾਗੀ॥
ਮਿਟਿਓ ਅੰਧੇਰੁ ਮਿਲਤ ਹਰਿ ਨਾਨਕ ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੀ ਸੋਈ ਜਾਗੀ॥
(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 204)

ਗੁਰੂ ਵੱਲ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਮੂੰਹ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਦੇ ਕਿਸੇ ਵਿਰਲੇ ਨੂੰ ਹੀ ਪਰਮਾਰਥਕ ਜਾਗ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ।[2] ਇਹ ਜਾਗ ਗੁਰੂ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦੀ:

ਕਿਉ ਜਾਗੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਸੂਤਾ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 467)*

---

1. ਇਸੁ ਗ੍ਰਿਹ ਮਹਿ ਕੋਈ ਜਾਗਤੁ ਰਹੈ॥
ਸਾਬਤੁ ਵਸਤੁ ਓਹੁ ਅਪਨੀ ਲਹੈ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 182)*
2. ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਸੋਇ ਰਹੇ ਅਭਾਗੇ॥ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਕੋ ਵਿਰਲਾ ਜਾਗੇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 375)*

ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਕਿਉਂਕਿ ਗੁਰੂ ਆਪ ਜਾਗਦਾ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਜਾਗਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਰੱਬ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜਾਗਦਾ ਦੇਉ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਸਤਿਗੁਰੁ ਜਾਗਤਾ ਹੈ ਦੇਉ ॥ *(ਆਸਾ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 479)*

ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਰਹਿਮਤ ਨਾਲ ਜਾਗ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਹਉਮੈ ਤਾਕ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਕੁਰਾਹੇ ਪਾਉਣ ਲਈ ਬੜੇ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਭੁਚਲਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਥੇ ਸਾਵਧਾਨਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹੀਏ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ। ਇਸ ਲਈ ਜੁੜੇ ਰਹੀਏ ਤਾਂ ਜੁ:

ਜਿਸ ਤੇ ਸੁਤਾ ਨਾਨਕਾ ਜਾਗਾਏ ਸੋਈ ॥ *(ਆਸਾ ਕਾਫੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 418)*

ਜਾਗਣ ਉਪਰੰਤ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਨਦਰਿ ਕਰਮ ਤੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਸਦਕਾ ਜੇ ਰੂਹਾਨੀ ਜਾਗ੍ਰਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਸਾਡੇ 'ਤੇ ਕੁਝ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਵੀ ਆਇਦ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਸੋਚਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਸੋਚਾਂ ਵਿਚ ਪਿਆਂ ਜਾਗਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਤਾਂ ਸਮਝ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਗਣ ਦੇ ਮਕਸਦ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਸੋ ਕੁਝ ਵੀ ਸੋਚਣ ਦਾ ਯਤਨ ਨਾ ਕਰੀਏ। ਇਥੇ ਲਿਵ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਸੱਚੀ ਲਿਵ ਦੀ, ਜਿਸ ਬਿਨਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਕਸਦ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਤੇ ਜੀਵਨ ਨਿਗੂਣਾ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥
ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 917)

ਤੇ ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਹੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ:

ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 917)

ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਜਾਗ੍ਰਣ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਅਨੁਭਵ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਵਾਪਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੈ, ਉਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਚਿੰਤਨ ਤੋਂ ਹਟ ਕੇ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜਨਾ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚਿੰਤਨ ਅਥਵਾ ਸੋਚਣ ਨੂੰ ਹਉਮੈ ਚਲਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਚੇਤਨਾ ਆਪ ਰੱਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਨਾ ਸੋਚੀਏ ਕਿ ਅਸਾਂ ਕੋਈ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਬਣਦੀ ਹੀ ਤਾਂ ਹੈ ਜੇ ਨਿੱਕੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੀਏ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਤਿਕਾਰ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਵੇਖੀਏ। ਸਾਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਿੱਕੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਬਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲੀਏ। ਵਡੱਪਣ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਇਕ ਮਾਨਸਿਕ ਸੰਕਲਪ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਸੋਚਿਆ ਹੀ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਵੱਡਾ ਵਿਰੋਧਾਭਾਸ ਹੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਵਡੱਪਣ ਹੁਣ ਦੇ ਪਲ ਦੀਆਂ ਨਿੱਕੀਆਂ ਨਿੱਕੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਆਦਰ ਨਾਲ

ਸੰਭਾਲਣ ਵਿਚ ਹੈ। 'ਅਜਹੂੰ' ਦੇ ਪਲ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਵਿਚ ਹੀ ਵਡਿਆਈ ਹੈ। ਸੋ ਇਸ ਪਲ ਨੂੰ ਵਿਗੜਨ ਨਾ ਦੇਵੀਏ:

ਅਜਹੂ ਕਛੁ ਬਿਗਰਿਓ ਨਹੀ ਜੋ ਪ੍ਰਭ ਗੁਨ ਗਾਵੈ ॥
ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਤਿਹ ਭਜਨ ਤੇ ਨਿਰਭੈ ਪਦੁ ਪਾਵੈ ॥

(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 726)

ਹੁਣ ਦੇ ਪਲ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾਲ ਜੁੜਦੇ ਹਾਂ, ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜਦੇ ਹਾਂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਜੁੜਦੇ ਹਾਂ।

ਇਥੇ ਅੱਪੜ ਕੇ ਬਾਹਰ ਤੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਫ਼ਰਕ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਕਸਦ ਵੀ ਬਾਹਰਲਾ ਤੇ ਅੰਦਰਲਾ ਇਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਥੇ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ:

ਸੋ ਅੰਤਰਿ ਸੋ ਬਾਹਰਿ ਅਨੰਤ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 293)*

ਜੇ ਬੀਜ ਪਾਈਏ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪੇ ਪੁੰਗਰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਬੀਜ ਸਮਸਤ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ – ਧਰਤੀ ਨਾਲ ਵੀ, ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਵੀ, ਹਵਾ ਨਾਲ ਵੀ, ਧੁੱਪ ਨਾਲ ਵੀ, ਰੱਬ ਨਾਲ ਵੀ। ਅਸੀਂ ਵੀ ਜੇ ਸਮਸਤ ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਰੂਹਾਨੀਅਤ ਦਾ ਅੰਕੁਰ ਆਪੇ ਫੁੱਟੇਗਾ ਤੇ ਸਹਿਵਨ ਵਧੇ ਫੁੱਲੇਗਾ।

ਹਉਮੈ ਬੂਝੈ ਤਾ ਦਰੁ ਸੂਝੈ

ਇਕ ਸਾਧੂ ਮਹਾਰਾਜ ਕੋਲ ਇਕ ਨਵਾਂ ਚੇਲਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਲਈ ਆਇਆ। ਸਾਧੂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਹਾ, "ਬੇਟਾ! ਜਿਸ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਤੂੰ ਪੈਰ ਧਰਨ ਲੱਗਾ ਹੈਂ, ਸੌਖਾ ਵੀ ਬੜਾ ਹੈ ਤੇ ਔਖਾ ਵੀ ਬੜਾ।"

ਚੇਲੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮਹਾਰਾਜ! ਗੱਲ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਈ, ਰਤਾ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਸਮਝਾ ਦਿਓ।"

ਸਾਧੂ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਗੱਲ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਧਿਆਨ ਲਗਾਣ ਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੰਮ ਸੌਖਾ ਹੈ, ਜੇ ਨਾ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਔਖਾ।" ਸਾਧੂ ਮਹਾਰਾਜ ਨੇ ਚੇਲੇ ਨੂੰ ਗੁਰ-ਮੰਤ੍ਰ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਕਿਹਾ, "ਇਸ ਉਪਰ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੋ।" ਚੇਲਾ ਸਾਲ ਭਰ ਧਿਆਨ ਲਾਉਂਦਾ ਰਿਹਾ। ਫਿਰ ਸਾਧੂ ਮਹਾਰਾਜ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਆਇਆ।

ਸਾਧੂ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, "ਧਿਆਨ ਲਗਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈਂ ?"

ਚੇਲੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਹਾਂ ਜੀ।"

ਤਦ ਸਾਧੂ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, "ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਐ ?"

ਚੇਲੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਪ੍ਰਾਪਤ ਦਾ ਤਾਂ ਪਤਾ ਨਹੀਂ, ਕੁਝ ਗੁਆਚ ਜ਼ਰੂਰ ਗਿਆ ਹੈ।"

ਸਾਧੂ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, "ਬੇਟਾ! ਕੀ ਗੁਆਚ ਗਿਆ ਹੈ ?"

ਚੇਲਾ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, "ਮਹਾਰਾਜ! ਇਕ ਪੜਨਾਂਵ ਗੁਆਚ ਗਿਆ ਹੈ।"

ਸਾਧੂ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, "ਪੜਨਾਂਵ ? ਕਿਹੜਾ ਪੜਨਾਂਵ ?"

ਚੇਲੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮਹਾਰਾਜ, ਇਹ ਪੜਨਾਂਵ 'ਮੈਂ' ਹੈ।"

ਸਾਧੂ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, "ਉਹ ਕਿਵੇਂ ?"

ਚੇਲਾ ਬੋਲਿਆ, "ਮਹਾਰਾਜ, ਇਕ ਦਿਨ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਫੁਰਨਾ ਆਣ ਫੁਰਿਆ ਕਿ ਮੈਂ ਆਖ਼ਰ ਹਾਂ ਕੌਣ ? ਤਦ ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ, ਮੈਂ 'ਮੈਂ' ਹਾਂ। ਅੰਦਰੋਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉਠਿਆ, 'ਮੈਂ ਕੌਣ ?' ਤਦ ਮੈਨੂੰ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ, ਸਿਵਾ ਮੇਰੇ, ਮੈਨੂੰ ਕੋਈ 'ਮੈਂ' ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦਾ। ਜੇ ਕੇਵਲ ਮੈਂ ਹੀ ਇਸ ਨੂੰ 'ਮੈਂ' ਕਹਿੰਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਆਪਣੀ ਘਾੜਤ ਹੈ। ਮੈਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ 'ਮੈਂ' ਬਣਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਮੈਨੂੰ 'ਤੂੰ' ਬੁਲਾਂਦੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਕੀ ਬੁਲਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ 'ਮੈਂ' ਕਿਉਂ ਕਹਿੰਦਾ ਹਾਂ ? ਫਿਰ ਸੋਚਿਆ, ਇਸ ਵਿਚ ਇਤਨਾ ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਤਦ ਵਿਚਾਰ ਆਇਆ, ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਤਾਂ ਕਰਾਂ। ਤਦ ਤੋਂ ਜਾਪਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਕਿ ਇਹ ਸੰਭਵ

ਹੈ। ਜਦੋਂ ਦਾ ਉਸ ਨੂੰ ਤਲਾਂਜਣ ਵੱਲ ਲੱਗਾ ਹਾਂ, ਜਾਪਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਭੂਤ ਜਿਹਾ ਚੰਬੜੀ ਬੈਠਾ ਸੀ। ਇਸ ਭੂਤ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਣ ਵੱਲ ਲੱਗਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸੋਚਣ ਲੱਗਾ ਹਾਂ, ਇਕ ਆਜ਼ਾਦੀ ਜਿਹੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪਈ ਹੈ, ਇਸ ਦੀ ਜਕੜ ਤੋਂ।"

ਸਾਧੂ ਨੇ ਚੇਲੇ ਦੇ ਚਰਨ ਪਕੜ ਲਏ ਤੇ ਕਿਹਾ, "ਮੈਂ ਤਾਂ ਅਜੇ ਤਕ ਇਸ ਤੋਂ ਛੁੱਟ ਨਹੀਂ ਸਕਿਆ, ਤੂੰ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਲਿਆ?"

ਚੇਲੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮਹਾਰਾਜ! ਤੁਹਾਡਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ।"

ਗੱਲ ਤਾਂ ਆਖ਼ਰ ਧਿਆਨ ਦੀ ਹੈ। ਧਿਆਨ ਮਾਰਗ ਦੇ ਪਾਂਧੀ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਦ ਇਸ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਤੁਰ ਪਈਏ ਤਾਂ ਉਹਾ 'ਹਉਮੈ' ਜਿਸ ਦੀ ਗੰਢ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਨਿੱਤ ਹੋਰ ਪੱਕੀ, ਹੋਰ ਪੀਡੀ ਕਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਸਣੇ ਸਣੇ ਢਿੱਲੀ ਪੈਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਸਾਨੂੰ ਸਮਝ ਆਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਆਪ ਹੀ ਪਾਲਦੇ ਤੇ ਪੱਠੇ ਪਾ ਪਾ ਕੇ ਵੱਡਿਆਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਇਸ ਦੀ ਜਕੜ ਵਿਚ ਨਿੱਤ ਹੋਰ ਹੋਰ ਫਸੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਜੇ ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਵਾਰਨ ਵੱਲ ਲੱਗ ਪਈਏ ਤਾਂ ਗਿਆਨ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ 'ਹਉਮੈ' ਤਾਂ ਨਿਰੀ ਮਿਥਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਸਮਝ ਵੀ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਅਜੇ ਇਸ ਵਾਲਾ ਕਸ਼ਟ ਨਿਵਿਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਦੀ ਪਕੜ ਸੂਖਮ ਹੋ ਕੇ ਵੀ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਬੜੀ ਵਾਰ ਪਤਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਣ ਦੇਂਦੀ।

ਇਸ ਲਈ ਟੀਚਾ ਹਉਮੈ ਦਾ ਪਰਿਵਰਤਨ ਕਰ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸੂਖਮ ਬਣਾਉਣਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਸ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੁਕਾਅ ਦੇਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਜੜ੍ਹੋਂ ਪੁੱਟ ਦੇਣਾ ਹੀ ਸਹੀ ਮਨੋਰਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਤਕ ਇਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਿੱਟ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ, ਸਾਡਾ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਨਾਲ ਮੇਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

ਕਦੇ ਜਦ ਧਿਆਨ ਹੋਰ ਡੂੰਘੇਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਕ ਸੁਨਹਿਰਾ ਛਿਨ ਐਸਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਹਉਮੈ ਦੀ ਕੂੜਾਵੀ ਹੋਂਦ ਲੱਖ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤਦ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਵਾਪਰੇ ਸਾਦਕ ਆਪਣੀ ਸ਼ੁੱਧ ਹੋਂਦ ਨਾਲ ਆਸ਼ਨਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ ਜਦ ਹਉਮੈ ਜਾਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਅਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਹਾਂ, ਅੰਦਰ ਇਕ ਸਹਿਮ ਜਿਹਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਹਉਂ ਬਿਨਸ ਗਈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਹੋਰ ਕਿਹੜੀ ਸ਼ੈਅ ਦਾ ਆਸਰਾ ਭਾਲਾਂਗੇ? ਇਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਮੰਨ ਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅਰਥ ਇਸੇ ਆਸਰੇ ਮਿੱਥਦੇ ਤੁਰੇ ਜਾਂਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਸੋ ਇਸ ਨੂੰ ਤਲਾਂਜਣ ਤੋਂ ਘਬਰਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਉਸ ਪਲ ਉਹ ਸਾਰੇ ਅਰਥ ਬਿਨਸਦੇ ਜਾਪਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਅਰਥਹੀਨਤਾ ਕਾਰਨ ਨਵਾਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਟਿਕਾਉਣਾ ਭਾਵੇਂ ਔਖਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਜੋ ਸਾਧਕ ਵੀ ਤੁਰੰਤ ਛਾਲ ਮਾਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਜੇਕਰ ਅਰਥ ਭਾਲਣ ਦੀ ਘਾਲਣਾ ਛੋੜ ਸਕੀਏਂ – ਭਾਵੇਂ ਇਕ ਹੀ ਪਲ ਲਈ – ਤਾਂ ਮਨ ਅੰਦਰ ਇਕੱਠਾ ਹੋਇਆ ਸਾਰਾ ਕੂੜਾ ਤਤਕਾਲ ਛਾਂਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਹੰਬੁਧੀ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ[1] ਤੇ ਅਵਿੱਦਿਆ ਦੀ ਥਾਂ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

1. ਅਹੰਬੁਧਿ ਕਾ ਭਇਆ ਬਿਨਾਸ ॥ ਦੁਰਮਤਿ ਹੋਈ ਸਗਲੀ ਨਾਸ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 891)*

ਪ੍ਰਗਟਿਆ ਸੂਰੁ ਨਿਸਿ ਮਿਟਿਆ ਅੰਧਿਆਰਾ॥
ਅਗਿਆਨੁ ਮਿਟਿਆ ਗੁਰ ਰਤਨਿ ਅਪਾਰਾ॥

(ਮਾਰੂ ਸੋਲਹੇ ਮ: 8, ਪੰਨਾ 1069)

ਜਦੋਂ ਆਤਮਿਕ ਸੋਝੀ ਜਾਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਦਿੱਸ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਇਕ ਅਜੀਬ ਚੱਕਰ ਚੱਲਦਾ ਆਇਆ ਹੈ। ਜਦ ਆਤਮਿਕ ਸੋਝੀ ਉਦੈ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੋਈ, ਹਉਮੈ ਬਣੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਹੁਣ ਆਤਮਿਕ ਸੋਝੀ ਜਾਗੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਬੁਝ ਗਈ ਹੈ। ਇਕ ਦਾ ਉਦੈ ਦੂਜੇ ਦਾ ਅਸਤ ਹੈ। ਐਸੇ ਉਦੈ ਤੇ ਅਸਤ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾ ਆਕਾਸ਼ ਅੰਦਰ ਦੀ ਸੁੰਨਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਸੁੰਨਤਾ ਦੀ ਸੋਝੀ ਹੀ ਆਤਮਿਕ ਸੱਚ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਆਪਣੀ ਇੱਛਾ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਸਗੋਂ ਇਕ ਨਵਜਾਗੀ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਦੀ ਦਾਤ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਕੋਈ ਇਕ ਵਾਰ ਵੀ ਇਸ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਸਮਝੋ ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਆਸ-ਅੰਦੇਸੇ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਅਲੋਪ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਹਉਮੈ ਕਿਤੇ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ:

ਆਸ ਅੰਦੇਸੇ ਤੇ ਨਿਹਕੇਵਲੁ ਹਉਮੈ ਸਬਦਿ ਜਲਾਏ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 468)

ਤਦ ਉਸ ਦਰ ਦੀ ਸੋਝੀ ਜਾਗਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਕਿਹਾ:

ਸੋ ਦਰੁ ਕੇਹਾ ਸੋ ਘਰੁ ਕੇਹਾ ਜਿਤੁ ਬਹਿ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 6)*

ਹਉਮੈ ਨਾਲ ਘੋਲ

ਸੋਚੀਏ ਤਾਂ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਹਉਮੈ ਸਾਡੇ ਹਰ ਨਵੇਂ ਵਿਚਾਰ, ਹਰ ਨਵੇਂ ਅਨੁਭਵ, ਹਰ ਨਵੀਂ ਸੋਝੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹਿੱਤ ਵਿਚ ਵਰਤਣ ਲਈ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ – ਕਿਉਂਕਿ ਇਸੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਲਵਾਨ ਬਣਾਈ ਰੱਖ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉੱਚੇ ਤੋਂ ਉੱਚੇ ਆਦਰਸ਼ਾਂ ਤੇ ਸੂਖਮ ਤੋਂ ਸੂਖਮ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਥਿਆਉਣ ਲਈ ਉਹ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਉਹ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਆਤਮਿਕ ਪਦਾਰਥਵਾਦ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਹਉਂ ਦੇ ਅਪਨਾਏ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਉਪਰ ਬੇਅੰਤ ਇਤਬਾਰ ਕਰਦੇ ਤੁਰੇ ਆਏ ਹਾਂ। ਜਦ ਕਦੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਦੀ ਖੋਜ ਵਿਚ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਇਤਬਾਰ ਹੀ ਆਪਣਾ ਜਾਲ ਵਿਛਾ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਪਕੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ੁੱਧ ਆਪੇ ਤਕ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਮੰਨਣਾ ਭਾਵੇਂ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ, ਪਰ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਆਤਮ-ਪਛਾਣ ਦਾ ਰਾਹ ਸਾਰੇ ਸੰਕਲਪਾਂ-ਵਿਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਨਿਬੇੜਨ ਮਗਰੋਂ ਹੀ ਲੱਭਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਹੀ ਪਰਮ ਸਤਿ ਦੀ ਸਪੱਸ਼ਟ, ਤਤਕਾਲੀ ਅਨੰਤ ਛੁਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਇਉਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਨੋ ਬੱਜਰ ਕਪਾਟ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[2] ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸੰਗੀਤ

---

2. ਬਜਰ ਕਪਾਟ ਜੜੇ ਜੜਿ ਜਾਣੈ ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਖੋਲਾਇਦਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1033)*

ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ ਸੁਣਦੇ ਸਾਂ, ਪਰ ਹੁਣ ਸਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਹੋਂਦ ਹੀ ਇਕ ਅਗੰਮੀ ਸੰਗੀਤ ਨਾਲ ਲਬਰੇਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

ਹੁਣ ਤੋੜੀ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਇਹ ਭਰਮ ਕਾਇਮ ਸੀ ਕਿ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਜ਼ਰੂਰ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਪਕੜੀ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਹੁਣ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪੇ ਨੂੰ ਪਕੜਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਕੇਵਲ ਜੀਵਿਆ ਹੀ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਸਮਝ ਆਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਕਿ ਹਉਮੈ ਦੀ ਵਾਸਤਵਿਕ ਹੋਂਦ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਐਸਾ ਅਨੁਭਵ ਅਚਨਚੇਤ, ਇਕਾਇਕ, ਬਿਜਲੀ ਵਾਂਗ ਲਹਿਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵੇਂ ਇਕ ਛਿੰਨ ਭਰ ਲਈ ਹੀ ਵਾਪਰੇ, ਇਸ ਦੇ ਮਗਰੋਂ ਬੰਦਾ ਹੋਰ ਜਿਹਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜਿਵੇਂ ਨਿਰਾ ਬੇ-ਫ਼ਿਕਰ, ਸੁਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਤੇ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਬੰਧਨ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਦਾ ਇਹ ਅਨੁਭਵ ਮਸਤਕ 'ਚੋਂ ਨਹੀਂ, ਉਦਰ 'ਚੋਂ ਉਦੈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਬਿਆਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਸਾਡੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਪਾਸ ਇਹ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ ਨਹੀਂ:

ਅਕਥੋ ਕਥਉ ਕਿਆ ਮੈ ਜੋਰੁ ॥ *(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1331)*

ਤਾਂ ਵੀ ਇਤਨਾ ਜ਼ਰੂਰ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਅਨੁਭਵ ਕੋਈ ਘਾੜਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਨਿਰੋਲ ਅਸਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਚੇਤਨ ਤੇ ਸਸ਼ਕਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਮਗਰੋਂ ਬੰਦਾ ਸੱਚਮੁੱਚ ਹੋਰ ਦਾ ਹੋਰ ਹੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਉਮੈ ਦੀ ਹਕੂਮਤ ਉੱਠ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਉਮੈ ਜਾਇ

ਹਉਮੈ ਤਾਂ ਹਨੇਰੇ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਕੇਵਲ ਨਿਹੋਂਦ ਹੈ, ਹੋਂਦ ਨਹੀਂ। ਚਾਨਣ ਦੀ ਗ਼ੈਰ-ਹਾਜ਼ਰੀ ਹੈ ਤੇ ਬਸ! ਜ਼ਰਾ ਜਿੰਨੀ ਲੋਅ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਫਿਰ ਇਸ ਨੇ ਦਿੱਸਣਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਦੀਵਾ ਬਲੈ ਅੰਧੇਰਾ ਜਾਇ ॥ *(ਵਾਰ ਸੂਹੀ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 791)*

ਪਰ ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਕਿ 'ਅੰਧੇਰਾ ਚਲਿਆ ਗਿਆ' ਕੇਵਲ ਭਾਸ਼ਾਈ ਵਿਉਂਤ ਹੈ। ਰੌਸ਼ਨੀ ਤਾਂ ਆ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਹੈ। ਹਨੇਰੇ ਦੀ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਹੈ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਰੌਸ਼ਨੀ ਦੇ ਉੱਠ ਜਾਣ ਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਨੇ ਹਨੇਰਾ ਆਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਹਨੇਰੇ ਪਾਸ ਕੇਵਲ ਨਾਂਹ-ਮੁਖਤਾ ਹੈ, ਹਾਂ-ਮੁਖਤਾ ਇਸ ਪਾਸ ਕੋਈ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਸੋ, ਜੋ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਜਾ ਕਿਵੇਂ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਇਹੋ ਗੱਲ ਹਉਮੈ ਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਵੀ ਆਪਣੀ ਹਸਤੀ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਵੀ ਹਨੇਰਾ ਹੈ, ਅਗਿਆਨ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਾਡੀ ਚੇਤਨਾ ਵਿਚ ਸੱਚ ਦੀ ਇਕ ਚਿੰਗਾਰੀ ਵੀ ਜਗ ਪਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਕਿਧਰੇ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਵੇਗੀ। ਇਹ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਮ੍ਰਿਗ-ਜਲੀ ਹੈ। ਦਿੱਸਦੀ ਵੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਦੀ ਹਕੀਕਤ ਤਾਂ ਕੋਈ ਹੈ ਨਹੀਂ। ਆਪਣੇ ਭਰਮ ਸਦਕੇ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਭਰਮਾ ਵੀ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਭਟਕਾ ਵੀ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਹੈ ਤਾਂ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਭੁਲੇਖਾ ਤਾਂ

ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੇ ਖਾਧਾ ਹੈ। ਮਨ ਦੇ ਭੁਲੇਖੇ ਤੋਂ ਹੀ ਮ੍ਰਿਗ-ਜਲੀ ਉੱਗਦੀ ਹੈ, ਇੰਜ ਮਨ ਦਾ ਭੁਲੇਖਾ ਹੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਦੋਵੇਂ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਨਿੱਪਟ ਭਰਮ ਹਨ।

ਜਦ ਤਕ ਅਸੀਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁੱਤੇ ਹੋਏ ਹਾਂ, ਹਉਮੈ ਕੇਵਲ ਮੌਜੂਦ ਹੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ, ਹਨੇਰੇ ਵਾਂਗ ਸਾਨੂੰ ਕੁਰਾਹੇ ਵੀ ਪਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ, ਠੇਡੇ ਵੀ ਮਰਵਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਖੂਹ ਵਿਚ ਵੀ ਸੁੱਟਵਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਦੁਖੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਪੂਰਾ ਨਰਕ ਲਿਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਆਪਣੇ ਸਹੀ ਆਪੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਜਾਗ ਪਵੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਸੁਤੇ-ਸਿੱਧ ਛਾਈਂ-ਮਾਈਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਹਨੇਰਾ ਪੈਦਾ ਕਿਵੇਂ ਹੋਇਆ ? ਇਹ ਮਨ ਹਉਮੈ ਬਿਨਾਂ ਨਾ ਕੁਝ ਸੋਚ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੇ ਕੇਵਲ ਇਹ ਭਰਮ-ਹਨੇਰਾ ਘੜਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਤੁਰਨਾ ਆਪਣਾ ਕਰਮ ਧਾਰ ਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਨਰਕ ਨੂੰ ਆਮੰਤ੍ਰਿਤ ਵੀ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਦੇ ਸੁਪਨੇ ਵਰਗੇ ਭਰਮ ਵਿਚ ਪਿਆ ਹੋਇਆ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਅਸਲੀਅਤ ਤੋਂ ਅਨਜਾਣ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿਚ ਤਾਂ ਹਰ ਬੰਦਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਅੰਸ਼ ਹੈ, ਪਰ ਨਾਲ ਹੀ ਹਉਮੈ ਬੱਧਾ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਲਾਲਸਾ ਦੇ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿਚ ਬੱਝਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਤਦੇ ਉਹ ਹਉਮੈ ਦੇ ਹਨੇਰੇ ਕਾਰਨ ਉਸ ਨੂੰ ਲੱਭਦਾ ਕੁਝ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਰਾਹ ਕੇਵਲ ਗੁਰੂ ਹੀ ਵਿਖਾ ਸਕਦਾ ਹੈ :

ਹਉਮੈ ਕਰਤਾ ਜਗੁ ਮੁਆ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਘੋਰ ਅੰਧਾਰੁ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 34)*

ਜੇਕਰ ਹਉਮੈ ਦੇ ਹਨੇਰੇ ਖੂਹ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਕੱਢ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਹੀ ਆਪਣੀ ਬਾਂਹ ਲੁਡਾ ਕੇ ਕੱਢ ਸਕਦਾ ਹੈ :

ਹਉਮੈ ਪਚੈ ਮਨਮੁਖ ਮੂਰਾਖਾ ॥
ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਬਾਹ ਪਕਰਿ ਹਮ ਰਾਖਾ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 394)*

ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਦੇਵ ਜੀ ਇਕ ਬੜੇ ਸੁੰਦਰ ਰੂਪਕ ਰਾਹੀਂ ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਪ੍ਰਾਣੀ ਲੋਕ ਮਨ ਦੀ ਇਸ ਹਨੇਰੀ ਕੋਠੜੀ ਵਿਚ ਬੰਦ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਉਪਰ ਸਰੀਰ ਦੀ ਛੱਤ ਹੈ। ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਬੰਦ ਹੈ ਤੇ ਮੋਹ ਦਾ ਉਸ ਨੂੰ ਤਾਲਾ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਤਾਲੇ ਦੀ ਚਾਬੀ ਕੇਵਲ ਗੁਰੂ ਪਾਸ ਹੈ, ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਪਾਸ ਹੈ ਨਹੀਂ। ਉਹੀ ਖੋਲ੍ਹੇ ਤਾਂ ਹੀ ਅਸੀਂ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ :

ਗੁਰੁ ਕੁੰਜੀ ਪਾਹੂ ਨਿਵਲੁ ਮਨੁ ਕੋਠਾ ਤਨੁ ਛਤਿ ॥
ਨਾਨਕ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਮਨ ਕਾ ਤਾਕੁ ਨ ਉਘੜੈ ਅਵਰ ਨ ਕੁੰਜੀ ਹਥਿ ॥
(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 1237)

ਜਦੋਂ ਗੁਰੂ ਕੁੰਜੀ ਫੇਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਨੋਂ ਅਕਲ ਹੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਦ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਡਾਣਾ ਹੋਇਆ ਫਿਰਦਾ ਸੀ, ਹੁਣ ਗਿਆਨਵਾਨ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ :

ਮੇਰੇ ਮਨ ਮਨ ਹੀ ਉਲਟਿ ਸਮਾਨਾ ॥
ਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ ਅਕਲਿ ਭਈ ਅਵਰੈ ਨਾਤਰੁ ਥਾ ਬੇਗਾਨਾ ॥
(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 333)

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੈ ਜੇ ਬੁਝੈ

ਸਾਰੀ ਕਾਇਨਾਤ ਕਿਸੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਬੱਝੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਆਧੁਨਿਕ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ-ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਖੋਜ ਅਨੁਸਾਰ ਵੀ ਉਹ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਜੋ ਮਨੁੱਖੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਵਿਗਾਸ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਤੋਂ ਲੈ, ਤਾਰਿਆਂ, ਕਹਿਕਸ਼ਾਂਵਾਂ ਤਕ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਕਿਤ ਹੋਈਆਂ ਪਈਆਂ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਸਭ ਨੇਮਾਂ ਨੂੰ ਜੋ ਹਰਥੇ ਅੰਕਿਤ ਹਨ, ਜੋ ਖੋਜੇ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਤੇ ਜੋ ਅਜੇ ਖੋਜੇ ਜਾਣੇ ਬਾਕੀ ਹਨ, ਕਰਤਾਰ ਦਾ ਹੁਕਮ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦਾ ਵਿਗਾਸ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਤੋਂ ਹੋਇਆ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਇੰਸਦਾਨ 'ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਗਿਆਨੀ ਲੋਕ 'ਪਦਾਰਥਕ ਥਿਰਤਾਵਾਂ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਹੁਣ ਤਕ ਉਹਨਾਂ ਪੰਦਰਾਂ ਐਸੀਆਂ ਥਿਰਤਾਵਾਂ ਲੱਭ ਲਈਆਂ ਹਨ। ਇਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 'ਧਰਾ-ਖਿੱਚ' ਹੈ। ਤਿੰਨਾਂ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਦੀਆਂ ਨਿਊਕਲੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਹੈ। ਇਕ ਦਾ ਰੌਸ਼ਨੀ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ, ਇਕ ਦਾ ਚੁੰਬਕੀ-ਬਿਜਲਈ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾਲ ਤੇ ਇਕ ਐਟਮ ਦੇ ਤੇ ਉਸ ਵਿਚਲੇ ਬਿਜਲਾਣੂਆਂ ਤੇ ਪ੍ਰਤਿਆਣੂਆਂ ਦੇ ਆਕਾਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਸਭ ਵੀ ਕੁਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਹੁਕਮ ਦਾ ਪਦਾਰਥਕ ਪੱਖ ਵੀ ਮਸਾਂ ਨਿਰੂਪ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨਾ ਇਸ ਵਿਚ ਚੇਤਨ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੀ ਬਾਤ ਹੈ, ਨਾ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੀ। ਪਰ ਇਹ ਸਭ ਰਲ ਕੇ ਵੀ ਸ਼ਾਇਦ ਹੁਕਮ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ:

ਤੇਰਾ ਹੁਕਮੁ ਨ ਜਾਪੀ ਕੇਤੜਾ ਲਿਖਿ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਇ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 53)

ਇਹ ਹੁਕਮ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਵੰਡਿਆ ਹੋਇਆ ਨਹੀਂ, ਇਕਸਾਰ ਇਕ ਹੈ। ਪਦਾਰਥਕ, ਚੇਤਨਾਤਮਕ ਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੱਖ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖੀ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣੀ ਸੋਚਣੀ ਦੇ ਵਿਚਾਰੇ ਹੋਏ ਭਾਗ ਹਨ। ਅਸਲ ਵਿਚ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਚ ਇੱਕੋ ਹੁਕਮ ਵਰਤਦਾ ਹੈ:

ਏਕੋ ਹੁਕਮੁ ਵਰਤੈ ਸਭ ਲੋਈ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 223)*

ਮਨਮੁਖ ਇਸ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਨਾ ਪਛਾਣਦੇ ਹਨ, ਨਾ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਵਨ ਢਾਲਣਾ ਹੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ:

ਮਨਮੁਖਿ ਹੁਕਮੁ ਨ ਬੁਝੈ ਬਪੁੜੀ ਨਿਤ ਹਉਮੈ ਕਰਮ ਕਮਾਇ॥

(ਸਲੋਕ ਵਾਰਾਂ ਤੇ ਵਧੀਕ, ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1423)

ਉਹ ਅਹੰਬੁਧ ਵਿਚ ਫਾਥੇ, ਮਾਇਆਵੀ ਧੰਧਿਆਂ ਵਿਚ ਲਿਪਟੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਜੰਮਦੇ-ਮਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਆਖ਼ਰ ਕਰਨ ਜੋਗਾ ਓਹਾ ਕੁਝ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਦਰਗਾਹੋਂ ਹੁਕਮ ਹੈ:

ਲਲਾ ਲਪਟਿ ਬਿਖੈ ਰਸ ਰਾਤੇ॥
ਅਹੰਬੁਧਿ ਮਾਇਆ ਮਦ ਮਾਤੇ॥
ਇਆ ਮਾਇਆ ਮਹਿ ਜਨਮਹਿ ਮਰਨਾ॥
ਜਿਉ ਜਿਉ ਹੁਕਮੁ ਤਿਵੈ ਤਿਉ ਕਰਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 252)*

ਇਸ ਲਈ ਆਦੇਸ਼ ਇਹ ਹੈ ਕਿ:

ਮਨ ਕੀ ਮਤਿ ਤਿਆਗਹੁ ਹਰਿ ਜਨ ਹੁਕਮੁ ਬੂਝਿ ਸੁਖੁ ਪਾਈਐ ਰੇ॥
(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 209)

ਹੁਣ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉੱਠਦਾ ਹੈ, ਹੁਕਮ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਿਵੇਂ ਹੋਵੇ ? ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਇਕ ਬੜੀ ਪਿਆਰੀ ਸੂਹ ਦੇਂਦੇ ਹਨ:

ਹੁਣਿ ਹੁਕਮੁ ਹੋਆ ਮਿਹਰਵਾਣ ਦਾ॥ ਪੈ ਕੋਇ ਨ ਕਿਸੈ ਰਞਾਣਦਾ॥
ਸਭ ਸੁਖਾਲੀ ਵੁਠੀਆ ਇਹੁ ਹੋਆ ਹਲੇਮੀ ਰਾਜੁ ਜੀਉ॥
(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 74)

ਹੁਕਮ ਉਹ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ ਹੈ - ਤਦੇ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਜਮਾਤੀ ਅਰਦਾਸ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ:

ਤੇਰੇ ਭਾਣੇ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ। *(ਅਰਦਾਸ)*

ਉਸ ਦਾ ਭਾਣਾ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਹੁਕਮ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਹੁਕਮ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਸਾਰੀ ਸਿਰਜਨਾ ਦੀ ਭਲਾਈ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰੇ ਬਾਰੇ ਗ਼ਲਤ-ਫ਼ਹਿਮੀਆਂ

ਇਕ ਗ਼ਲਤ-ਫ਼ਹਿਮੀ ਕਈ ਲੋਕਾਂ, ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਕੁਝ ਮਨੋਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਕਾਂ ਵਿਚ, ਇਹ ਦੇਖੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰੇ ਨੂੰ ਹਉਮੈ ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ (ਮੁੱਢਲੀ) ਅਵਸਥਾ ਵੱਲ ਪਰਤ ਜਾਣ ਨੂੰ ਮੰਨਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਭਾਣੇ ਨਵ-ਜਨਮਿਆ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਕੋਈ ਫ਼ਰਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਉਵੇਂ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰੇ ਵਿਚ ਵੀ ਐਸੀ ਹੀ ਅਵਸਥਾ ਹੋਣੀ ਹੈ। ਪਰ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰਾ ਕਿਸੇ ਐਸੀ ਪੂਰਬਗਾਮੀ ਅਵਸਥਾ ਵੱਲ ਪਰਤਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਸਗੋਂ ਅਗਾਂਹ ਵਧਣ (ਜਾਂ ਉਤਾਂਹ ਵੱਲ ਚੜ੍ਹਨ) ਜੈਸੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਦੇਖਣ ਵਿਚ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਕਈ ਭੁੱਲੜ ਸਾਧਕ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣ ਵਿਚ ਅਜਿਹੀ ਕਿਸੇ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਲੋਚਾ ਧਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਔਕੜ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰੇ ਬਾਰੇ ਇਕ ਗ਼ਲਤ-ਫ਼ਹਿਮੀ ਐਸੀ ਵੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਾਧਕ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਕਿਸੇ ਆਦਰਸ਼ਕ ਵਿਅਕਤੀ ਅੱਗੇ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਣ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਅਸਲੋਂ ਸ੍ਵੈ-ਪੀੜਨ ਰਤਿ (masochism) ਨਾਲ ਸੂਖਮ ਮੋਹ ਦਾ ਮੇਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐਸਾ ਹੀ ਮੋਹ ਉਹਨਾਂ ਹੱਠ-ਧਰਮੀ ਤਪੱਸਵੀਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਦੇਖਣ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਅਤਿ ਕਠਿਨ ਸਰੀਰਕ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤਨ ਤੇ ਪੀੜਾ ਸਹਾਰਦੇ ਹੋਏ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਹ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਦੇ ਹੋਰ ਵੀ ਅਧੀਨ ਹੋ ਗਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਤਪ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਤਕੜਿਆਂ ਕਰ ਲਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਕ ਗ਼ਲਤ-ਫ਼ਹਿਮੀ ਤਾਂ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਦ ਕਿਸੇ ਸਾਧਕ ਦੀ ਕਿਸੇ ਸਾਧਨਾ ਸਿਖਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਖਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਵੇ।

ਤਦ ਉਸ ਦਾ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਸਰੀਰਕ ਆਕਰਸ਼ਣ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬੜੀ ਵਾਰੀ ਬਿਨਸ ਗਿਆ ਵੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਉਹ ਇਸ ਗ਼ਲਤ-ਫ਼ਹਿਮੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਉਪਰ ਵਿਜੈ ਪਾ ਲਈ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਖਿੱਚ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹੋਏ ਹੋਏ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰੇ ਦੀ ਗ਼ਲਤ-ਫ਼ਹਿਮੀ ਆਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਗ਼ਲਤ ਸਮਝ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰਾ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੀ ਅੰਤਮ ਸਿਖਰ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਹਉਮੈ ਪਹਿਲਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਫਿਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਇਸ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰਾ ਹਾਸਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਵਿਚਾਰਕਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਗ਼ਲਤ-ਫ਼ਹਿਮੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਕ ਤਾਂ ਇਹ ਕਿ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਹਉਮੈ ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਪੂਰਾ ਵਿਕਾਸ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਦੂਸਰਾ ਭੁਲੇਖਾ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰਾ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਪਸ਼ਚਾਤ-ਗਾਮੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ।

ਸੰਮੋਹਨ (hypnotism) ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਦੀ ਸੁੱਧ ਉੱਠ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਹਉਮੈ ਚਲੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ, ਸਗੋਂ ਚਲੇ ਜਾਣ ਦੀ ਗ਼ਲਤ-ਫ਼ਹਿਮੀ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੜੀ ਵਾਰੀ ਇਹ ਕੇਵਲ ਅਤਿਅੰਤ ਕਿਸਮ ਦੇ ਆਤਮ-ਮੋਹ (self-love) ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਆਪਾ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਮਹੱਤਤਾ ਅਖ਼ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਧਕ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸਾਗਰ ਜਿਹੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰ ਕੇ ਸਮਝ ਬੈਠਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਹਉਂ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰਾ ਪਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਹੁੰਦਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਹਉਮੈ ਬਿਨਸਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਅਤਿਅੰਤ ਪਸਰ ਗਈ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤੇ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰੇ ਦਾ ਕੂੜਾਵਾ ਭਰਮ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰੇ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਲੋਕ ਇਸ ਭੁਲੇਖੇ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉੱਤਮ ਪੁਰਖ ਪੜਨਾਂਵ 'ਮੈਂ' ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤਿਆਗ ਦੇਣ ਨਾਲ ਹੀ ਹਉਮੈ ਦੂਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਦਰਅਸਲ ਇਸ ਪੜਨਾਂਵ ਦੀ ਲੋੜ ਆਪਸੀ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਵੱਸ਼ਕ ਹੈ, ਉਸ ਸੂਰਤ ਵਿਚ ਉਹ ਹਉਮੈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਪੜਨਾਂਵ ਹਉਮੈ ਦਾ ਲਖਾਇਕ ਉਦੋਂ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਾਰੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਇਸ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕੇਵਲ ਇਸ ਪੜਨਾਂਵ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਛੋੜ ਦੇਣ ਨਾਲ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

ਹਉਮੈ ਕੋਈ ਨਿੱਗਰ ਵਸਤ ਨਹੀਂ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਚਿਮਟੀ ਨਾਲ ਪਕੜ ਕੇ ਬਾਹਰ ਸੁੱਟਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਹਉਮੈ ਦੀ ਨਿੱਗਰਤਾ ਤੇ ਅਸਲੀਅਤ ਤੋਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਉੱਠ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਛੁਟਾਰੇ ਦਾ ਰਾਹ ਖੁੱਲ੍ਹਣਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਦਾਰਸ਼ਨਿਕਾਂ, ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ, ਤੰਤ੍ਰ-ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਯਤਨ ਇਸ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੇ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਹੁਣ ਤਕ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਪੁਲੰਦਾ ਹੀ ਬਣੀ ਆਈ ਹੈ। ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਅਸੀਂ ਇਸ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰੀ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ 'ਮੈਂ' ਇਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ।

ਹਉਮੈ ਨਿਵਾਰਨ ਦੇ ਧਿਆਨ ਕਰਮ

ਕਿਸੇ ਸੰਵੇਦਨਾ ਨੂੰ, ਮਨ ਨੂੰ ਜਾਂ ਸੁਰਤਿ ਨੂੰ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਧਿਆਨ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦਿੱਸਦਾ-ਸੁਣਦਾ ਵੀ ਪੱਲੇ ਨਹੀਂ ਪੈ ਸਕਦਾ।

ਇਹ ਹਥਲੀ ਪੁਸਤਕ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪੜ੍ਹ ਰਹੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡਾ ਧਿਆਨ ਇਸ ਵਿਚ ਲਿਖੇ ਹੋਏ ਅੱਖਰਾਂ ਉਪਰ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਹੈ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਦੀਆਂ ਚਿੱਟੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਨਹੀਂ। ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੇ ਕਰੋੜਾਂ ਕੋਸ਼ੇ ਇਹਨਾਂ ਅੱਖਰਾਂ ਦੇ ਬਿੰਬ ਸੰਭਾਲਣ ਦੇ ਆਹਰ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਹੋਣੇ ਹਨ। ਇਹ ਬਿੰਬ ਕੇਵਲ ਉਹਨਾਂ ਸਿੱਧੀਆਂ ਤੇ ਵਿੰਗੀਆਂ ਲਕੀਰਾਂ ਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਛਾਪਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਪਏ ਪੰਨੇ ਉਪਰ ਪਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਧਿਆਨ ਕੇਵਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲ ਹੀ ਰਿਹਾ, ਖ਼ਾਲੀ ਚਿੱਟੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਵੱਲ ਨਹੀਂ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵੇਖ ਰਹੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਧਿਆਨ ਨਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਵੇਖਣ, ਸੁਣਨ, ਸੁੰਘਣ, ਚੱਖਣ ਜਾਂ ਛੂਹਣ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਵੇਦਨਾ ਦਾ ਛਾਪਾ ਸਾਡੇ ਮਨ ਉਪਰ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ। ਕੋਈ ਵੀ ਸੰਵੇਦਨਾ, ਬਿਨਾਂ ਧਿਆਨ ਦੇ, ਸਾਡੀ ਯਾਦਾਸ਼ਤ ਵਿਚ ਰਤਾ ਜਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵੀ ਅੰਕਿਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹੋ ਕੁਝ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਉੱਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ।

ਧਿਆਨ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਵੀ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਵੀ। ਬਾਹਰ ਦਾ ਧਿਆਨ, ਜਿਵੇਂ ਅਸਾਂ ਉਪਰ ਵਿਚਾਰਿਆ ਹੈ, ਸਾਡੀਆਂ ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਦੇ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਅੰਤਰ-ਧਿਆਨਤਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਇਹ ਸਾਡੇ ਵਿਚਾਰਾਂ, ਭਾਵਾਂ, ਇੱਛਾਵਾਂ, ਇਰਾਦਿਆਂ ਆਦਿ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਆਓ! ਪਹਿਲਾਂ ਬਾਹਰ ਦੇ ਧਿਆਨ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰੀਏ। ਬਾਹਰ ਪਸਰੀ ਕੁਦਰਤ ਨੂੰ ਗਹੁ ਨਾਲ ਨਿਹਾਰੀਏ। ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਅਨੇਕਤਾ, ਸੁਵੰਨਤਾ ਤੇ ਬੇਅੰਤਤਾ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਵੇਖਣਹਾਰੇ ਦੇ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਚ ਇਤਨਾ ਲੀਨ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਉਸ ਵਿਚ ਗੁਆਚ ਗਿਆ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਕੁਦਰਤ ਤੋਂ ਉਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਉਸ ਦੇ ਰਚਣ ਵਾਲੇ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸਹਿਵਨ ਹੀ ਧਿਆਨ ਜਾਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕੁਦਰਤ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਮਾਣਨ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਉਸ ਦੇ ਕਰਤੇ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਨ ਲੱਗਦੇ ਹਾਂ:

ਏਹੁ ਵਿਸੁ ਸੰਸਾਰੁ ਤੁਮ ਦੇਖਦੇ ਏਹੁ ਹਰਿ ਕਾ ਰੂਪੁ ਹੈ
ਹਰਿ ਰੂਪੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 922)*

ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਨੂੰ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ 'ਸ਼ਿਨਾਖ਼ਤ ਕੁਦਰਤੀ' ਦਾ ਨਾਮ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਸ਼ਿਨਾਖ਼ਤ ਕੁਦਰਤੀ

ਇਹ ਸਾਰਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਸੰਸਾਰ ਕਰਤਾਰ ਦਾ ਹੀ ਰੂਪ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਆਪ ਇਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰਮਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।[1] ਉਹ ਆਪ ਇਸ ਦੇ ਸਮਸਤ ਰੂਪ ਅਤੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਵਿਚਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।[2] ਇਸ ਦੀ ਸਾਰੀ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨਤਾ ਵਿਚ ਉਸੇ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਝਲਕਦਾ ਹੈ[3] ਤੇ ਉਹ ਆਪ ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਪਛਾਣਿਆ ਜਾਂ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

ਨਾਨਕ ਸਚ ਦਾਤਾਰੁ ਸਿਨਾਖਤੁ ਕੁਦਰਤੀ ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 141)*

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਪਛਾਣ ਲਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਹੈਰਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਤਨੀ ਅਸਚਰਜ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਕੁਦਰਤ। ਫਿਰ ਉਹ ਕੂਕਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ:

ਤੂ ਅਚਰਜੁ ਕੁਦਰਤਿ ਤੇਰੀ ਬਿਸਮਾ ॥ *(ਵਡਹੰਸ ਮ: ੫, ਪੰਨੇ 563-64)*

ਤਦ ਉਹ ਸਹਿਵਨ ਹੀ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਇਉਂ ਵੱਸੇ ਹੋਏ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਉੱਤੋਂ ਕੁਰਬਾਨ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[4]

ਇਸ ਬੇ-ਇੰਤਹਾ ਸਿਰਜਨਾ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਕੀ ਸਥਾਨ ਹੈ? ਸਿਫ਼ਰ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਮੇਰੀ ਹਉਮੈ ਤਾਂ ਕੀ, ਸਾਰੀ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਅਸਥਾਨ ਰਤੀ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਸੋਲ੍ਹਵੀਂ ਸਦੀ ਈਸਵੀ ਵਿਚ ਕੋਪਰਨਿਕਸ ਨੇ ਧਰਤੀ ਬਾਰੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਇਹ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਸੂਰਜ ਦੇ ਗਿਰਦ ਘੁੰਮਦੇ ਗ੍ਰਹਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੇਵਲ ਇਕ ਗ੍ਰਹਿ ਹੈ। ਉਸ ਤੋਂ ਥੋੜ੍ਹਾ ਚਿਰ ਮਗਰੋਂ ਹੀ ਸ਼ੇਪਲੇ ਨੇ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਕਿ ਸਾਡਾ ਸੂਰਜ ਸਾਡੀ ਕਹਿਕਸ਼ਾਂ ਦੇ ਖਰਬਾਂ ਤਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਪੇਂਡੂ ਜਿਹਾ ਤਾਰਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀ ਕਹਿਕਸ਼ਾਂ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਅਸੰਖਾਂ ਕਹਿਕਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਹੈ, ਜੋ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੇ ਉਸ ਭਾਗ ਵਿਚ ਪਈਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਹੁਣ ਤਕ ਅਸੀਂ ਵੱਡੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਦੂਰਬੀਨਾਂ ਨਾਲ ਮਸਾਂ ਵੇਖ ਪਾਏ ਹਾਂ। ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੇ ਅਸੀਮ ਰੇਗਿਸਤਾਨ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ-ਜਾਤੀ ਰੇਤ ਦੇ ਕੇਵਲ ਇਕ ਕਿਣਕੇ ਜਿਤਨਾ ਸਥਾਨ ਮਸਾਂ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਣਕੇ ਵਿਚ ਮੈਂ ਕਿਥੇ ਹਾਂ ਤੇ ਮੇਰੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਕੀ ਹੈ?

ਕਾਲ ਦੇ ਪੱਖੋਂ ਮਨੁੱਖ ਜਾਤੀ ਹੋਰ ਵੀ ਨਿੱਕੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਾਲ-ਕ੍ਰਮ ਅਨੁਸਾਰ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੇ 15 ਖਰਬ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕ ਸਾਲ ਤਸਲੀਮ ਕਰ ਲਈਏ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਆਮਦ ਉਸ ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਤਲੇ ਦਿਨ, ਰਾਤ ਦੇ ਸਾਢੇ ਦਸ ਵਜੇ ਹੋਈ (ਭਾਵ ਕੋਈ ਤੀਹ ਲੱਖ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ)। ਮਿਸਰ ਦੀ ਤਹਿਜ਼ੀਬ ਕੋਈ ਗਿਆਰਾਂ ਵੱਜ ਕੇ

---

1. ਕੁਦਰਤਿ ਕਰਿ ਕੈ ਵਸਿਆ ਸੋਇ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 83)*
2. ਕੁਦਰਤਿ ਵਰਤੈ ਰੂਪ ਅਰੁ ਰੰਗਾ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 376)*
3. ਅਨਿਕ ਰੂਪ ਖਿਨ ਮਾਹਿ ਕੁਦਰਤਿ ਧਾਰਦਾ ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 519)*
4. ਬਲਿਹਾਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਵਸਿਆ ॥ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਲਖਿਆ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 469)*

ਇਕੰਵਜਾ ਮਿੰਟ 'ਤੇ। ਮਹਾਤਮਾ ਬੁੱਧ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਤੋਂ ਕੋਈ ਪੰਜ ਸਕਿੰਟ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਏ। ਹਜ਼ਰਤ ਈਸਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਕੋਈ ਇਕ ਸਕਿੰਟ ਮਗਰੋਂ ਤੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਸਕਿੰਟਾਂ ਬਾਦ। ਫਿਰ ਵੀ ਇਸ ਅਨੰਤ ਉਜਾੜ ਵਿਚ ਨਿਰੋਂਦ ਜਿਹੀ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਆਕੜਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਸਮਝ ਆਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ ਕਿਤਨੀ ਸ਼ਰਮ ਆਉਂਦੀ ਹੈ:

ਕਿਆ ਥੋੜੜੀ ਬਾਤ ਗੁਮਾਨੁ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 50)*

ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਸਮਝ ਕੇ ਵੀ ਇਹ ਹਉਮੈ ਆਪਣੇ ਘੁਮੰਡ ਤੋਂ ਬਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਇਸ ਨੂੰ ਟਿੱਪਣੇ ਜੇਡੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਪਾਏ ਹੋਏ ਘਰੋਂਦੇ ਦਾ ਘੁਮੰਡ ਹੀ ਮਾਣ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ - ਘਰੋਂਦਾ ਵੀ ਉਹ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅੰਤ ਉਸ ਨੇ ਛੱਡ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਕਬੀਰ ਜੀ ਸਾਨੂੰ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਕਰਨ ਹਿਤ ਫ਼ੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ:

ਲਾਜ ਨ ਮਰਹੁ ਕਹਹੁ ਘਰੁ ਮੇਰਾ ॥
ਅੰਤ ਕੀ ਬਾਰ ਨਹੀ ਕਛੁ ਤੇਰਾ ॥ *(ਗਉੜੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 325)*

ਆਓ! ਕੁਦਰਤ ਉਪਰ ਇਕ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰੀਏ। ਕੇਡੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਵਰਤ ਰਹੀ ਹੈ, ਇਸ ਕੁਦਰਤ ਅੰਦਰ। ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਹੈਰਤ ਜਗਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਵੇਖੀਏ ਕਿ ਇਸ ਬੇਅੰਤਤਾ ਵਿਚ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨਤਾ ਵੀ ਬੇਹੱਦ ਕਮਾਲ ਦੀ ਹੈ, ਤਦ ਹੋਰ ਅਚਰਜ ਹੋਈਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਸੋਝੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਬੇਅੰਤਤਾ ਤੇ ਇਹ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨਤਾ ਸਾਡੇ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਕਰਤਾਰਤਾ ਦਾ ਹੀ ਮਹਾਨ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮਾ ਹਨ ਤਾਂ ਮਨ ਬੇਅੰਤ ਹੈਰਤ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਜਦ ਇਹ ਵੇਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਰੀ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਕਿਸੇ ਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਹੈਰਤ ਹੋਰ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਵੀ ਵੱਡੀ ਹੈਰਾਨੀ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁਝ (ਕੀ ਸਾਰੇ ਜੀਅ-ਜੰਤ, ਕੀ ਬਨਸਪਤੀ ਤੇ ਕੀ ਪਦਾਰਥਕ ਵਸਤਾਂ) ਸਭ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਆਪਣੀ ਜੋਤਿ ਦਾ ਹੀ ਪਾਸਾਰਾ ਹਨ ਤੇ ਉਹ ਆਪ ਇਸ ਸਾਰੇ ਕੁਝ ਵਿਚ ਆਪ ਵਿਆਪ ਰਿਹਾ ਹੈ:

ਜਹ ਜਹ ਦੇਖਾ ਤਹ ਜੋਤਿ ਤੁਮਾਰੀ ਤੇਰਾ ਰੂਪੁ ਕਿਨੇਹਾ ॥
ਇਕਤੁ ਰੂਪਿ ਫਿਰਹਿ ਪਰਛੰਨਾ ਕੋਇ ਨ ਕਿਸ ਹੀ ਜੇਹਾ ॥
ਅੰਡਜ ਜੇਰਜ ਉਤਭੁਜ ਸੇਤਜ ਤੇਰੇ ਕੀਤੇ ਜੰਤਾ ॥
ਏਕੁ ਪੁਰਬੁ ਮੈ ਤੇਰਾ ਦੇਖਿਆ ਤੂ ਸਭਨਾ ਮਾਹਿ ਰਵੰਤਾ ॥

(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 596)

ਅੱਗੇ ਇਸ ਏਡੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਵਿਚ ਨਿੱਕੀ ਤੋਂ ਨਿੱਕੀ ਵਸਤ ਵੀ ਬੇਹੱਦ ਹੈਰਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਹੀ ਲਉ, ਇਸ ਵਿਚ ਵੀ ਹੈਰਤਾਂ ਹੀ ਹੈਰਤਾਂ ਜੁੜੀਆਂ ਪਈਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਕੇਵਲ ਇਕ ਜੀਵਾਣੂ ਤੋਂ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਮਾਤਾ ਦੇ ਮਦੀਨ ਸ਼ੁਕਰਾਣੂ ਤੇ ਪਿਤਾ ਦੇ ਨਰ ਸ਼ੁਕਰਾਣੂ ਦੇ ਮੇਲ ਤੋਂ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੋਫਾੜ ਕਰ ਕੇ ਇਕ ਤੋਂ ਦੋ, ਫਿਰ ਦੋ ਤੋਂ ਚਾਰ, ਫਿਰ ਅੱਠ ਤੇ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਕਈ ਕਰੋੜਾਂ ਜੀਵਾਣੂ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਉਂ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਸਾਜਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਕਿਹੜੇ ਜੀਵਾਣੂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਅੱਖ ਬਣਨਾ ਹੈ ਤੇ ਕਿਹੜੇ ਨੂੰ ਕਿ ਉਸ

ਨੇ ਗੋਡਾ ਬਣਨਾ ਹੈ। ਕਦੇ ਗ਼ਲਤੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ, ਅੱਖ ਦੀ ਥਾਂ ਗੋਡਾ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਲੱਗਿਆ ਤੇ ਨਾ ਗੋਡੇ ਦੀ ਥਾਂ ਅੱਖ। ਮਾਤਾ ਦੀ ਹਨੇਰੀ ਕੁੱਖ ਵਿਚ ਕੌਣ ਇਹਨਾਂ ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸਾਂ ਕੀ ਬਣਨਾ ਹੈ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਬਣਨਾ ਹੈ। ਕਰਤੇ ਨੇ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦਾ ਸਾਰਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਅਗਾਊਂ ਕਰ ਰੱਖਿਆ ਹੈ।

ਮਾਂ ਦੇ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ ਹੈ, ਅਗਾਊਂ ਹੀ ਉਸ ਦੇ ਥਣਾਂ ਵਿਚ ਦੁੱਧ ਉਤਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਜੇ ਕੁਝ ਵੀ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਚੁੰਘਣਾ ਅਗਾਊਂ ਹੀ ਆ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਂ ਦੇ ਥਣਾਂ ਵਿਚ ਦੁੱਧ ਕੀ ਮਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ? ਕੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੁੰਘਣਾ ਵੀ ਉਹੋ ਸਿਖਾਂਦੀ ਹੈ ? ਵਾਰੇ ਵਾਰੇ ਜਾਈਏ ਉਸ ਦੇ ਜਿਸ ਨੇ ਦੋਨਾਂ ਪਾਸਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਅਗਾਊਂ ਕਰ ਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਭ ਜੂਨਾਂ ਦਾ ਰਿਜ਼ਕ ਉਸ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਪਾਉਣ ਤੋਂ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ ਬਣਾ ਧਰਿਆ ਹੈ – ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਵੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰਬਤ ਦੀਆਂ ਚੱਟਾਨਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚੋਂ ਉਪਾਇਆ ਹੈ :

ਸੈਲ ਪਥਰ ਮਹਿ ਜੰਤ ਉਪਾਏ ਤਾ ਕਾ ਰਿਜਕੁ ਆਗੈ ਕਰਿ ਧਰਿਆ ॥

(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 10)

ਉਪਰੋਕਤ ਕੁਝ ਮਿਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਵੱਸ ਰਿਹਾ ਕਰਤਾਰ ਕਿਵੇਂ ਸਾਰੀ ਕੁਦਰਤ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਿਪੁੰਨ-ਪ੍ਰਬੰਧ ਵਿਚ ਚਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਚਕਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਵਿਸਮਾਦ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕੂਕਦਾ ਹੈ :

ਵੇਖਿ ਵਿਡਾਣੁ ਰਹਿਆ ਵਿਸਮਾਦੁ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 464)*

ਸਾਰੀ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਇਸ ਬੇਅੰਤ ਰਹੱਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰ ਕੇ ਹਰ ਸੁਰਤਿ ਸਹਿਵਨ ਵਿਸਮਾਦ ਵਿਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ – ਜਦ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਸਹਿਵਨ ਗਾ ਉੱਠੇ :

ਬਲਿਹਾਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਵਸਿਆ ॥
ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਲਖਿਆ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 469)*

ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਦੀ ਸੋਝੀ

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਾਹਰ ਖੋਜਣ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਖੋਜਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਤਾਂ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਧਕ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਧੁਰ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਗਹਿਰਾਈਆਂ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਵਿਦਮਾਨ ਹੈ ਤੇ ਉਹੀ ਉਥੋਂ ਉਸ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਚਲਾ ਰਿਹਾ ਤੇ ਆਸਰਾ ਦੇਈ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਸੋ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਖੋਜਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਸੱਚ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਉਹੀ ਖੋਜ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ ਆਪ ਇਸ ਖੋਜ ਵਿਚ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ।[5]

5. ਜਿਸੁ ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਸੋ ਉਬਰੈ ਹਰਿ ਸੇਤੀ ਲਿਵ ਲਾਇ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 28)*

ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਵੀ ਇਸ ਖੋਜ ਵਿਚ ਕਾਮਯਾਬੀ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ, ਜੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਵਿਚਾਰਗੀ, ਨਿਆਸਰਤਾ ਤੇ ਹੀਨਤਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੋ ਕੋਈ ਵੀ ਆਪਣੀ ਆਚਰਣਕ ਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਗ਼ਰੀਬੀ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਲਈ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਣ ਕਰਨਾ ਸੌਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਯਾਦ ਤੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਇਤਨਾ ਗ਼ਲਤਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਭ ਕਾਸੇ ਨੂੰ ਤਲਾਂਜ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਸੰਸਾਰਕ ਧਿਆਨ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਣਿਆ ਆਇਆ ਹੈ। ਇਉਂ ਕੀਤਿਆਂ, ਉਸ ਦੇ ਉਪਰੋਂ ਸੰਸਾਰਕ ਭਰਮ ਭੁਲੇਖਿਆਂ ਦੇ ਛਿਲਕੇ ਉਤਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹ ਸੱਚੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੋ ਵੀ ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਨੰਗਿਆਂ ਖਲ੍ਹਾਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੇ ਖੋਖਲੇਪਨ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਉਪਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਮਿਹਰਬਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅੰਦਰ ਸਮਾ ਸਕਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਉਸ ਦੀ ਬੇਵੱਸੀ ਉਪਰ ਤ੍ਰੁੱਠਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਨੰਗੇਜ ਦੇ ਪਰਦੇ ਕੱਜਦਾ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੇ ਖੋਖਲੇਪਨ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦਇਆਵਾਨਤਾ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੇ ਹਨੇਰੇ ਖਲਾਅ ਦੈਵੀ ਭਰਪੂਰਤਾ ਨਾਲ ਜਗਮਗਾ ਉੱਠਦੇ ਹਨ। ਜਦ ਐਸਾ ਵਰਤਾਰਾ ਵਰਤਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਕਿਤੇ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਜਗਮਗ ਵਿਚ ਉਸ ਦਾ ਹਨੇਰਾ ਉੱਕਾ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦਾ।

ਅੰਤਰ-ਝਾਤਿ

ਆਓ! ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਚੱਲੀਏ। ਵੇਖੋ ਅੰਦਰ ਕਿਤਨਾ ਰੌਲਾ ਪਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਦੇ ਉਪਾਏ ਹੋਏ ਦੂਤਾਂ – ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਅਹੰਕਾਰ – ਦੇ ਸ਼ੋਰ ਨੇ ਸਾਡੀ ਮਤ ਹੀ ਮਾਰ ਸੁੱਟੀ ਹੈ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਬੇਸ਼ਰਮ, ਇਸ ਰਾਮ-ਰੌਲੇ ਵਿਚ ਵੀ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੱਦ ਤੋਂ ਬਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ :

ਇਨ ਦੂਤਨ ਖਲੁ ਬਧੁ ਕਰਿ ਮਾਰਿਓ ॥
ਬਡੋ ਨਿਲਾਜੁ ਅਜਹੂ ਨਹੀ ਹਾਰਿਓ ॥ *(ਜੈਤਸਰੀ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ, ਪੰਨਾ 710)*

ਇਸ ਲਈ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਬਾਰ ਬਾਰ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰਦੇ ਰਹੀਏ, ਆਪਣੇ ਅਉਗਣਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਈਏ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਰਹੀਏ ਤਾਂ ਹੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਦੇ ਰਾਹ 'ਤੇ ਪੈ ਸਕਣ ਦੀ ਆਸ ਬੱਝ ਸਕੇਗੀ।

ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਤਾਂ ਬੜਾ ਕੁਝ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਦੀ ਸਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸੋਝੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਨਾ ਹੀ ਇਹ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹਾਂ ਕੌਣ?

ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਅਰਜ਼ੀ ਲਿਖਦੇ ਹੋ – ਆਪਣਾ ਨਾਮ, ਉਮਰ, ਵਿੱਦਿਅਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀ, ਪਿਛਲਾ ਤਜਰਬਾ ਆਦਿ। ਤੁਸਾਂ ਬੜਾ ਕੁਝ 'ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ' ਲਿਖਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਵੀ ਤੁਹਾਡਾ ਅਸਲ ਨਹੀਂ ਦੱਸਦਾ, ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਸਲੋਂ ਕੀ ਹੋ?

ਤੁਸੀਂ ਮਨੋਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਕੋਲੋਂ ਵਰ੍ਹਿਆਂ-ਬੱਧੀ ਮਨੋਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਰਾਇਆ ਹੋਵੇ ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਾਰੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਬਾਰੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਆਚਰਣ ਬਾਰੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਬਾਰੇ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕਲਪਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ, ਤੁਹਾਡੀ ਜੀਵਨ ਅਵਸਥਾ ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਵਾਕਫ਼ੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਤੇ ਬੜੀ ਮੋਟੀ ਫ਼ਾਈਲ ਬਣਾ ਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇ ਦਿੱਤੀ, ਪਰ ਉਹ ਸਾਰੀ ਫ਼ਾਈਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਹੈ, ਇਹ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਸਲੋਂ ਹੋ ਕੌਣ ? ਤੁਹਾਡੀ ਅਸਲੀਅਤ ਤਾਂ ਉਹ ਚੇਤਨਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਇਹ ਸਾਰੀ ਵਾਕਫ਼ੀਅਤ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਥਹੁ ਲਗਾਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਆਪ ਉਤਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਦੂਜਾ ਨਾ ਕੁਝ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਕੁਝ ਦੱਸ ਹੀ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਐਵੇਂ ਸੋਚਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸੱਚਾਈ ਸਾਨੂੰ ਕਿਤੇ ਬਾਹਰ ਪਈ ਮਿਲੇਗੀ, ਉਹ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਪਈ ਹੈ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਨਿੱਪਟ ਬੇਖ਼ਬਰ ਹਾਂ।

ਇਕ ਪੰਡਿਤ ਆਪਣੀ ਘਰਵਾਲੀ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਸਣੇ ਪਟਨਾ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ ਇਕ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਉਸ ਦਾ (ਵਿੱਤੀ) ਹੱਥ ਬੜਾ ਤੰਗ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਉਸੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਇਕ ਅੰਗੀਠੀ ਵੀ ਸੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ ਉਦੋਂ ਬਾਲਦੇ ਸਨ, ਜਦ ਠੰਢ ਬਹੁਤ ਹੋਵੇ। ਉਸੇ 'ਤੇ ਹੀ, ਜੇ ਘਰ ਦਾਲ ਆਟਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਰੋਟੀ ਵੀ ਪਕਾ ਲੈਂਦੇ ਸਨ। ਇਕ ਦਿਨ ਉਸ ਨੂੰ ਇਕ ਸੁਪਨਾ ਆਇਆ ਕਿ ਕਲਕੱਤੇ ਗੰਗਾ ਦੇ ਪੁਲ ਦੇ ਪਾਰ ਇਕ ਆਲੀਸ਼ਨ ਇਮਾਰਤ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਸਾਹਵੇਂ ਇਕ ਪਿੱਪਲ ਦਾ ਦਰੱਖ਼ਤ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਥੱਲੇ ਇਕ ਵੱਡਾ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਦੱਬਿਆ ਪਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਸੁਪਨੇ ਨੂੰ ਗੌਲਿਆ ਨਾ, ਪਰ ਉਹੀ ਸੁਪਨਾ ਉਸ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਅਗਲੀਆਂ ਦੋ ਰਾਤਾਂ ਫਿਰ ਇਨ-ਬਿਨ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਆਇਆ। ਤਦ ਉਸ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਇਹ ਸੁਪਨਾ ਸ਼ਾਇਦ ਸੱਚ ਹੀ ਹੋਵੇ ਤੇ ਮੇਰੀ ਗ਼ਰੀਬੀ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦਾ ਸਾਧਨ ਜਤਾਅ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ। ਇਕ ਦਿਨ ਉਹ ਕਲਕੱਤੇ ਵੱਲ ਰਵਾਨਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਘਰ ਲਿਖ ਕੇ ਛੱਡ ਗਿਆ ਕਿ ਉਹ ਕਲਕੱਤੇ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਥੇ ਜਾ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਉਹ ਪੁਲ ਵੀ ਦਿੱਸ ਪਿਆ, ਜੋ ਉਸ ਨੇ ਸੁਪਨੇ ਵਿਚ ਵੇਖਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਦੇ ਪਾਰ ਗਿਆ ਤਾਂ ਐਸਾ ਆਲੀਸ਼ਾਨ ਮਕਾਨ ਵੀ ਦਿੱਸ ਪਿਆ, ਜੈਸਾ ਸੁਪਨੇ ਵਿਚ ਉਸ ਡਿੱਠਾ ਸੀ। ਸਾਹਵੇਂ ਉਸ ਦੇ ਪਿੱਪਲ ਦਾ ਦਰੱਖ਼ਤ ਵੀ ਸੀ। ਪਰ ਉਸ ਇਮਾਰਤ ਅੱਗੇ ਦੋ ਪਹਿਰੇਦਾਰ ਖੜੇ ਸਨ। ਸੋ ਉਸ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਰਾਤ ਨੂੰ ਪਹਿਰੇਦਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ ਤੇ ਉਹ ਖੁਦਾਈ ਕਰ ਲਵੇਗਾ। ਪਰ ਰਾਤੀਂ ਦੂਜੇ ਦੋ ਪਹਿਰੇਦਾਰ ਉਥੇ ਆ ਗਏ। ਉਸ ਦੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸੰਘਣੀ ਹੋ ਗਈ। ਉਸ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਕਿਸੇ ਚੌਕੀਦਾਰ ਨਾਲ ਦੋਸਤੀ ਪਾ ਲਵੇ। ਇਕ ਦੋਸਤ ਬਣ ਵੀ ਗਿਆ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਉਸ ਦੀ ਵਿਦਵਤਾ ਕਾਰਨ ਉਸ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ ਸੀ। ਇਕ ਦਿਨ ਉਸ ਚੌਕੀਦਾਰ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਇਕ ਸੁਪਨਾ ਆਇਆ ਹੈ। ਪੰਡਿਤ ਦੇ ਪੁੱਛਣ 'ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸੁਪਨੇ ਵਿਚ ਉਸ ਨੇ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਪਟਨਾ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਚ ਇਕ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਆਪਣੇਂ ਟੱਬਰ ਸਮੇਤ ਇਕ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਇਕ ਅੰਗੀਠੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਹੇਠ ਇਕ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਦੱਬਿਆ ਪਿਆ ਹੈ। ਪੰਡਿਤ ਬੜਾ ਹੈਰਾਨ ਹੋਇਆ ਤੇ ਵਾਪਸ ਘਰ

ਪਰਤ ਆਇਆ। ਘਰ ਆ ਕੇ ਉਸ ਨੇ ਅੰਗੀਠੀ ਹੇਠ ਖੁਦਾਈ ਕੀਤੀ ਤੇ ਇਕ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਸੱਚਮੁੱਚ ਉਥੋਂ ਨਿਕਲ ਆਇਆ। ਸਾਡੀ ਸਭ ਦੀ ਇਹੋ ਹਾਲਤ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੈ ਤੇ ਅਸੀਂ ਏਧਰ-ਉਧਰ ਲੱਭਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ। ਕਦੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਨਹੀਂ ਮਾਰਦੇ।

ਸਾਡੀਆਂ ਦੋ ਅੱਖਾਂ ਤਾਂ ਹਨ, ਪਰ ਦੋਵੇਂ ਵੇਖਦੀਆਂ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਹੀ ਹਨ। ਇਕ ਜਗਿਆਸੂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ, "ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਰੱਬ ਨੇ ਦੋ ਅੱਖਾਂ ਕਿਉਂ ਲਾਈਆਂ ਹਨ, ਚਾਰ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਜਾਂ ਇਕ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ?" ਗੁਰੂ ਨੇ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ, "ਬੇਟਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਅੱਖਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ, ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਦੋ ਅੱਖਾਂ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਵੇਖਣ ਲਈ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਤੀਜੀ ਅੱਖ ਜੋ ਅੰਦਰ ਹੈ, ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਝਾਕਣ ਲਈ ਲਾਈ ਹੈ, ਪਰ ਬਾਹਲੇ ਮਨੁੱਖ ਕੇਵਲ ਦੋ ਅੱਖਾਂ ਹੀ ਵਰਤਦੇ ਹਨ, ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਤੀਜੀ ਅੱਖ ਨਾਲ ਵੇਖਦਾ ਹੈ।"

ਸਾਡਾ ਮਨ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਵੇਖਣ ਦਾ ਹੀ ਆਦੀ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਕਦੇ ਘੱਟ ਹੀ ਝਾਤ ਮਾਰਦੇ ਹਾਂ। ਜੇਕਰ ਕਦੇ ਮਾਰੀਏ ਤਾਂ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੰਦਰ ਕਿਤਨਾ ਰੌਲਾ ਹੈ। ਕਦੇ ਜੋ ਬਾਹਰ ਵਾਪਰਿਆ ਸੀ, ਚੇਤੇ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਹੁਣ ਅੰਦਰ ਵਾਪਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਬੀਤੇ ਦੇ ਕਈ ਬਿੰਬ ਸਾਕਾਰ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਕਨਾਂ ਬਿੰਬਾਂ ਕਾਰਨ ਪਛਤਾਵੇ ਜਾਗ ਪਏ ਹਨ, ਦੂਜਿਆਂ ਕਾਰਨ ਮੁਸਕਾਨਾਂ। ਝੱਟ ਹੀ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਉਘੜ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਕਨਾਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਸੰਸੇ ਜਾਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਇਕਨਾਂ ਤੋਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ। ਕੁਝ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਐਸੀਆਂ ਵੀ ਹਨ, ਜੋ ਉਮੀਦਾਂ ਜਗਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਉਮੀਦਾਂ ਕਾਰਨ ਇਰਾਦੇ ਉਪਜਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇਰਾਦੇ ਕਿਰਿਆ ਦੀ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦਾ ਤਖ਼ਮੀਨਾ (ਅੰਦਾਜ਼ਾ) ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਸਫਲਤਾ ਦਿੱਸਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸੁਖ ਭਾਸਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਸਫਲਤਾ ਸ਼ੱਕੀ ਜਾਪਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵਿਸਵਸੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਵਾਂ, ਲਾਲਸਾਵਾਂ, ਕਾਮਨਾਵਾਂ ਬਾਰ ਬਾਰ ਸਿਰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਖੜੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਆਪਣੀ ਪੂਰਤੀ ਦੀ ਜੁਗਤਿ ਭਾਲਣ ਲਈ। ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਕਾਫ਼ਲੇ ਤੁਰੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਭ ਟੇਢੀ ਚਾਲੇ ਚੱਲਦੇ ਕਦੇ ਏਧਰ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਕਦੇ ਓਧਰ। ਬੜਾ ਘੜਮੱਸ ਪਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਨੇ। ਅੰਦਰ ਬੜੀ ਖਲਬਲੀ ਮਚੀ ਹੋਈ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਖਲਬਲੀ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿਚ ਹਉਮੈ ਖਲੋਤੀ ਹੈ, ਜੋ ਇਸ ਸਾਰੇ ਰੌਲੇ-ਗੌਲੇ, ਸਾਰੀ ਭੁੰਦਲਾਹਟ ਦੀ ਸਿਰਜਕ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਆਪ ਕਿਤੇ ਦਿੱਸਦੀ ਨਹੀਂ।

ਸਾਧਾਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅੰਦਰ ਮਚੀ ਇਸ ਉਥਲ-ਪੁਥਲ ਦਾ ਸਾਨੂੰ ਕੋਈ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਬਹਿ ਕੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰੀਏ ਤਾਂ ਹੀ ਇਸ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਵੇਹੜਿਆ ਮਨ ਕਦੇ ਵੀ ਚੁੱਪ ਕਰ ਕੇ ਨਹੀਂ ਬਹਿੰਦਾ। ਇਸ ਦੀ ਚੰਚਲਤਾ ਦੇ ਤਾਂ ਅਖਾਣ ਬਣੇ ਹੋਏ ਹਨ।

ਆਓ! ਜ਼ਰਾ ਇਸ ਨੂੰ ਚੁੱਪ ਕਰਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੀਏ। ਇਹ ਤਾਂ ਚੁੱਪ ਕਰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਆਪਣੀਆਂ ਮਾਰੀ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਗੱਲ ਤੋਂ ਰੋਕੋ ਤਾਂ ਦੂਜੀ ਛੂਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੀ ਤੋਂ ਹਟਾਓ ਤਾਂ ਤੀਜੀ ਪਕੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਪਣੀ ਆਦਤ

ਛੋੜਦਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ। ਦੱਬੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਰਲੇ ਕਰਾਂ ਤਾਂ ਹੱਸਦਾ ਹੈ, ਗੁੱਸਾ ਕਰਾਂ ਤਾਂ ਖਿੱਝਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਆਪਣੀ ਬਾਣ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦਾ। ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਇਹ ਚੁੱਪ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਵਰਤਣ ਦੇਂਦਾ? ਕਦੇ ਮੈਨੂੰ ਈਰਖਾ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਕਦੇ ਕਾਮਨਾ ਦੇ ਤੇ ਕਦੇ ਮੋਹ ਦੇ। ਇਹ ਸਭ ਮੇਰੀਆਂ ਹਉਂ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਮਜਬੂਰੀਆਂ ਹਨ। ਮੇਰੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ, ਮੈਨੂੰ ਸੁਖਾਵੀਆਂ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੰਦਰ ਭਰਮ ਰੂਪ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਲਈ ਖੋਹ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਸੇ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੀ ਹਉਂ ਹੀ ਲਗਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਇਸ ਸੱਚ ਨੂੰ ਅੱਖੋਂ ਪਰੋਖੇ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਤਕ ਸਾਰੇ ਸੁਖੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਅਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਕਿਵੇਂ ਸੁਖੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ? ਕਦੇ ਕਦੇ ਆਪਣੇ ਕਰਮਾਂ 'ਤੇ ਪਛਤਾਵਾ ਵੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਹਉਮੈ ਪਛਤਾਵੇ ਨੂੰ ਵੀ ਚੁੱਪ ਕਰਨ ਦਾ ਮਸ਼ਵਰਾ ਦੇ ਦੇਂਦੀ ਹੈ।

ਜਦ ਅਸੀਂ ਮਨ ਦੀ ਭੱਜਾ-ਦੌੜੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਵਾਲ ਉੱਠਦਾ ਹੈ ਕੌਣ ਕਿਸ ਨੂੰ ਰੋਕ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਸੋਚੀਏ ਤਾਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨ ਹੀ ਮਨ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਤਾਂ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਮਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪੁਰ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਦੀ ਜਾਚ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਜਾਚ ਮਨ ਦੇ ਆਪਣੇ ਪਾਸ ਤਾਂ ਹੈ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਉਸ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਸਿੱਖਣੀ ਪੈਣੀ ਹੈ:

ਏਹੁ ਮਨੁ ਮਾਰਿਆ ਨਾ ਮਰੈ ਜੇ ਲੋਚੈ ਸਭੁ ਕੋਇ॥
ਨਾਨਕ ਮਨ ਹੀ ਕਉ ਮਨੁ ਮਾਰਸੀ ਜੇ ਸਤਿਗੁਰੁ ਭੇਟੈ ਸੋਇ॥

(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1089)

ਸਤਿਗੁਰੂ ਮਨ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਦੀ ਜਾਚ ਦੱਸਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰਨ ਨੂੰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦਾ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਮੰਦ-ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੋੜਨ ਦੀ ਵਿਧੀ ਵੀ ਸਮਝਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਕੰਨ ਤਾਂ ਦੇਣੇ ਪੈਣਗੇ।[6] ਗੁਰ-ਉਪਦੇਸ਼ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਕਾਮਾਦਿਕ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਬਿਖਰ ਜਾਵੇਗੀ।

ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੇ ਇਸ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਪੈਰ ਰੱਖਣਾ ਹੈ, ਉਸ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਅਭਿਮਾਨ, ਈਰਖਾ ਤੇ ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ ਆਦਿ ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਨ 'ਚੋਂ ਬੇਦਖ਼ਲ ਕਰਨ ਦੀ ਦਿਲੋਂ ਇੱਛਾ ਧਾਰ ਕੇ ਤੁਰੇ। ਅੰਤਰ ਝਾਤ ਰਾਹੀਂ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਵੇ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਸਹਿਤ ਇਉਂ ਅਰਦਾਸਾਂ ਕਰਦਾ ਰਹੇ, ਜਿਵੇਂ ਭਗਤ ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ ਦੱਸਦੇ ਹਨ:

ਮੋ ਕਉ ਤਾਰਿ ਲੇ ਰਾਮਾ ਤਾਰਿ ਲੇ॥
ਮੈ ਅਜਾਨੁ ਜਨੁ ਤਰਿਬੇ ਨ ਜਾਨਉ ਬਾਪ ਬੀਠੁਲਾ ਬਾਹ ਦੇ॥

(ਗੋਂਡ ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ, ਪੰਨਾ 873)

ਕਾਮ ਆਦਿ ਪੰਜਾਂ ਦੂਤਾਂ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਣਨੀ ਹਉਮੈ ਵੱਲੋਂ ਸਚੇਤ ਰਹਿਣ ਦੀ

---

6. ਜਿਹ ਬਿਧਿ ਗੁਰ ਉਪਦੇਸਿਆ ਸੋ ਸੁਨੁ ਰੇ ਭਾਈ॥ *(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੯, ਪੰਨਾ 727)*

ਲੋੜ ਲਗਾਤਾਰ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਸੋ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਵੀ ਅਵਿਰਲ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਅੰਤਰਝਾਤ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਮਨ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਤੇ ਸੰਵਾਰਨ ਲਈ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਾਧਨ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਨ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਹਰ ਸੁਨਿਸਚਿਤ ਵਿਗਿਆਨ ਨੂੰ ਇਕ ਸਿਧਾਂਤਕ ਮਨੌਤ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿੱਧ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਲੱਗਵੀਂ ਜੁਗਤ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਸਿਧਾਂਤਕ ਮਨੌਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਹਉਮੈ ਸਾਰੇ ਦੁੱਖਾਂ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹੈ ਤੇ ਜੁਗਤ ਹੈ ਅੰਤਰ ਝਾਤ ਰਾਹੀਂ ਹਉਮੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੁਧਾਈ।

ਅੰਦਰ ਦੀ ਖੋਜ ਦਾ ਵਿਗਾਸ

ਅੰਤਰਝਾਤ ਜਦੋਂ ਅੱਗੇ ਵਿਗਾਸ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਅੰਤਰ-ਧਿਆਨ ਹੋ ਨਿਬੜਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਧਿਆਨ ਲਾਇਆ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਹੀ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਜਾਣਿਆ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਅਨੇਕ ਪੱਧਰ ਡਿੱਠੇ ਵੀ ਹਨ ਤੇ ਕਥੇ ਵੀ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਆਪਣਾ ਅੰਦਰਾ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਫੋਲਿਆ, ਉਹ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਥਹੁ ਕਿਵੇਂ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਆਓ! ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋਈਏ। ਅੰਦਰ ਉਹਾ ਖਲਬਲੀ ਮਚੀ ਹੋਈ ਹੈ – ਭਾਵਾਂ ਦੀ, ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ, ਬਿੰਬਾਂ ਦੀ, ਯਾਦਾਂ ਦੀ, ਇੱਛਾਵਾਂ ਦੀ, ਇਰਾਦਿਆਂ ਦੀ। ਅੰਦਰ ਸਾਰਾ ਅਸ਼ਾਂਤ ਹੈ। ਪਰ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਇਥੇ ਜੋ ਕੁਝ ਵਰਤ ਰਿਹਾ, ਸਭ ਬਾਹਰੋਂ ਆਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਬਾਹਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਆਉ ਯਤਨ ਕਰੀਏ ਕਿ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਬਾਹਰ ਪਰਤਾ ਦੇਵੀਏ। ਇਹ ਬੜੀ ਅੜੀਅਲ ਹਨ, ਨਿਕਲਦੀਆਂ ਨਹੀਂ। ਇਕ ਨੂੰ ਕੱਢੋ ਤਾਂ ਦੂਜੀ ਆ ਵੜਦੀ ਹੈ। ਗ਼ੁੱਸਾ ਨਾ ਕਰੋ, ਛਿੱਥੇ ਨਾ ਪਉ। ਇਹ ਸਾਡੀ ਉਮਰ ਭਰ ਦੀ ਵਾਦੀ ਹੈ। ਅਸਾਂ ਕਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਘਬਰਾਉ ਨਹੀਂ, ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਤਾਂ ਹੀ ਸਫਲਤਾ ਮਿਲੇਗੀ।

ਪਹਿਲਾਂ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਕ ਵਸਤ ਉੱਤੇ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੀਏ। ਆਪਣੇ ਸਾਹ ਉੱਤੇ ਹੀ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕਰੋ। ਹੋਰ ਕੁਝ ਨਾ ਕਰੋ, ਬਸ ਸਾਹ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਆਉਂਦੇ, ਬਾਹਰ ਜਾਂਦੇ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖੋ। ਕੋਈ ਵਿਚਾਰ ਉੱਠ ਖਲੋਤਾ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਯਾਦ, ਕੋਈ ਮੂਰਤ ਅੰਦਰ ਆ ਵੜੀ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ, ਪੁਰਾਣੀ ਆਦਤ ਅਜੇ ਤਕ ਗਈ ਨਹੀਂ। ਪਰ ਕੁਝ ਚਿਰ ਤਾਂ ਧਿਆਨ ਸਾਹ 'ਤੇ ਟਿਕਿਆ ਰਿਹਾ। ਹੁਣ ਇੰਜ ਕਰੋ, ਜੋ ਕੁਝ ਹੋਰ ਧਿਆਨ ਅੰਦਰ ਆ ਜਾਏ, ਉਸ ਨੂੰ ਫ਼ਾਲਤੂ ਤੇ ਬੇਲੋੜਾ ਸਮਝ ਕੇ ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਬੇਧਿਆਨੇ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਜਿਸ ਵਸਤੂ ਵੱਲੋਂ ਅਸੀਂ ਬੇਧਿਆਨੇ ਹੋਣ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਕਰੀਏ, ਉਹ ਬਹੁਤਾ ਚਿਰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਟਿਕ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ। ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਧਿਆਨ ਸਾਹ 'ਤੇ ਟਿਕਣ ਲੱਗ ਪਏਗਾ। ਇਸ ਅਭਿਆਸ ਨੂੰ ਪਕਾਉ। ਇਸ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਪਹਿਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲ ਨੇਮ ਹੈ।

ਨੇਮ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਪੱਖ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਪਹਿਰ ਰਾਤ ਰਹਿੰਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਸਮਾਂ

ਬੜਾ ਉਚਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਵੇਲੇ ਬਾਹਰ ਕੋਈ ਰੌਲਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਲੋਕ ਅਜੇ ਸੁੱਤੇ ਪਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਅਭਿਆਸੀ ਜਾਗਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਵੇਲੇ ਧਿਆਨ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਬੇਅੰਤ ਅਭਿਆਸੀ ਉਸ ਵੇਲੇ ਧਿਆਨ ਲਗਾ ਕੇ ਬੈਠੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਅੰਮ੍ਰਿਤ-ਵੇਲਾ ਆਖਿਆ ਹੈ। ਸ਼ੁਰੂ ਇਸੇ ਸਮੇਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਧਿਆਨ ਪੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਭਿਆਸੀ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਧਿਆਨ ਲਗਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨੇਮ ਦਾ ਦੂਜਾ ਪੱਖ ਸਥਾਨ ਹੈ। ਕੋਈ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ ਥਾਂ ਮੁਕੱਰਰ ਕਰੋ ਤੇ ਰੋਜ਼ ਉਥੇ ਹੀ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ। ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਹਰ ਵਾਰ ਉਸੇ ਆਸਣ ਵਿਚ ਟਿਕਾਉ। ਬਹੁਤੇ ਅਭਿਆਸੀ ਚੌਕੜੀ ਮਾਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜਿਸ ਕੋਲੋਂ ਚੌਕੜੀ ਨਹੀਂ ਵੱਜਦੀ, ਉਹ ਜਿਸ ਆਸਣ ਵਿਚ ਸੌਖ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇ, ਉਸੇ ਨੂੰ ਅਪਨਾ ਲਏ। ਜ਼ਮੀਨ ਉੱਤੇ ਆਸਨ ਵਿਛਾ ਲਉ ਜਾਂ ਤਖ਼ਤਪੋਸ਼ ਉੱਤੇ ਚੌਕੜਾ ਮਾਰ ਲਉ ਜਾਂ ਭਾਵੇਂ ਕੁਰਸੀ ਉੱਤੇ ਲੱਤਾਂ ਲਟਕਾ ਕੇ ਬੈਠ ਜਾਉ, ਆਸਣ ਉਹੋ ਰੱਖੋ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸੌਖ ਹੋਵੇ। ਹਰ ਵਾਰ ਉਸੇ ਆਸਣ ਵਿਚ ਬੈਠੋ।

ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਧਿਆਨ-ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਸੁਸਤੀ, ਊਂਘ ਜਾਂ ਨੀਂਦਰ ਵੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰ ਕੇ ਬੈਠਣਾ ਹੈ। ਆਸਣ ਵੀ ਸੁਸਤੀ ਲਿਆਉਣ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਮੰਜੇ ਵਿਚ ਲੇਟ ਕੇ ਤਾਂ ਨੀਂਦਰ ਨੂੰ ਬੁਲਾਵਾ ਦੇਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਸਣ ਉਹ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਾਵਧਾਨਤਾ ਬਣੀ ਰਹੇ।

ਧਿਆਨ ਦਾ ਨੇਮ ਨਾ ਘੁਸਾਵੋ, ਸਮਾਂ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਵਧਾਈ ਜਾਵੋ। ਧਿਆਨ ਦੇ ਲਾਭਾਂ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਰੱਖੋ। ਦਿਲ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ-ਮਿਲਣ ਦੀ ਤੀਬਰ ਇੱਛਾ ਧਾਰਨ ਕਰੋ। ਧਿਆਨ ਦੇ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਤੁਰਦਿਆਂ ਗੁਰੂ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਸੇਧ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ। ਧਿਆਨ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਵਿਚ ਕੋਤਾਹੀ ਨਾ ਕਰੋ।

ਹੁਣ ਥੋੜ੍ਹਾ ਧਿਆਨ ਟਿਕਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਹੋਵੇਗਾ। ਅਭਿਆਸ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ ਤੇ ਸਬਰ ਨਾਲ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰੋ। ਇਸ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਕਾਹਲੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ, ਪਰ ਸਬਰ ਦਾ ਫਲ ਜ਼ਰੂਰ ਚੰਗਾ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅੰਦਰ ਦੇ ਇਹਸਾਸ

ਸਾਹ ਉਪਰ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਂਦਿਆਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਨਵੇਂ ਇਹਸਾਸ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਨ ਲੱਗਦੇ ਹਾਂ। ਪਉਣ ਦਾ ਸੂਖਮ ਵਹਾਉ ਅੰਦਰ ਆਉਂਦਾ, ਬਾਹਰ ਜਾਂਦਾ ਤੇ ਫਿਰ ਜ਼ਰਾ ਜਿੰਨਾ ਵਿਰਾਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਹ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲੈਣ ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਤੇ ਪੇਟ ਬਾਹਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਾਹ ਦੇ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਪਰਤ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਇਕ ਵਕਫ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਹਾਲੇ ਸਾਹ ਅੰਦਰ ਆਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਵਕਫ਼ੇ ਉਪਰ ਧਿਆਨ ਜੋੜੀਏ ਤੇ ਹਲਕਾ ਹਲਕਾ ਇਸ ਨੂੰ ਵਧਾਈਏ - ਇਤਨਾ ਬਹੁਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਫਿਰ ਅੰਦਰ ਸਾਹ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਆਵੇ। ਇਸ ਵਕਫ਼ੇ ਵਿਚ ਅੰਦਰ ਇਕ ਆਕਾਸ਼ ਪਸਰਿਆ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਹ ਆਕਾਸ਼ ਬਾਹਰ

ਦੇ ਆਕਾਸ਼ ਨਾਲੋਂ ਭਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਹੈ। ਬਾਹਰ ਦੇ ਆਕਾਸ਼ ਦੀ ਸੀਮਾ ਦੁਮੇਲਾਂ ਮਿਥਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਅੰਦਰ ਦੇ ਆਕਾਸ਼ ਦੀ ਕੋਈ ਸੀਮਾ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਕੇਵਲ ਅੰਦਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਵੀ ਫੈਲਦਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਤੇ ਖ਼ਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਫੈਲਦਾ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਾਹਰ ਦੇ ਆਕਾਸ਼ ਉਪਰ ਸੂਰਜ, ਚੰਨ, ਤਾਰੇ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਅੰਦਰ ਦਾ ਆਕਾਸ਼ ਇਕਸਾਰ ਵਸਤੂ ਰਹਿਤ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ ਵੀ ਅਤਿ ਦਾ ਹੈ, ਕਿਤੇ ਕੋਈ ਆਵਾਜ਼ ਨਹੀਂ। ਸਭ ਬਿਲਕੁਲ ਸੁੰਨ ਹੈ। ਵਸਤੂ-ਵਿਹੀਣ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਇਹ ਪਹਿਲਾ ਸੰਪਰਕ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਦਾ ਚੇਤਨਾ ਵਿਚ ਉਪਜਦੀਆਂ ਵਸਤਾਂ – ਵਿਚਾਰਾਂ, ਭਾਵਾਂ, ਯਾਦਾਂ, ਮੂਰਤਾਂ, ਇਰਾਦਿਆਂ ਆਦਿ ਨਾਲ ਹੀ ਪਰਿਚਿਤ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਕਦੇ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਸਾਂ ਹੋਏ। ਅੱਜ ਮੂਲ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਵੀ ਕੁਝ ਕੁਝ ਵਾਕਫ਼ ਹੋਏ ਜਾਪਦੇ ਹਾਂ।

ਆਓ ! ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰੀਏ। ਜੋ ਅਸੀਂ ਹੁਣ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਇਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੈ। ਚੇਤਨਾ ਹੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਅੰਦਰੋਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਅੰਗ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕਰੋ। ਹੱਥਾਂ ਵੱਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਜੀਵ ਲੱਗਣਗੇ। ਬਾਹਾਂ, ਪੈਰਾਂ, ਲੱਤਾਂ, ਕੂਲ੍ਹੇ, ਛਾਤੀ, ਧੌਣ, ਸਿਰ ਸਭ ਉੱਤੇ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਧਿਆਨ ਜੋੜੋ। ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਚੇਤਨ ਹੋ ਜਾਓਗੇ। ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਝਿੰਮਣੀਆਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉ, ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ ਵੱਲ ਲਾਉ, ਸਭ ਅੰਦਰ ਚੇਤਨਾ ਵਰਤਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰੋਗੇ, ਸਭ ਨੂੰ ਜੀਵਿਤ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰੋਗੇ।

ਅੰਦਰ ਦਾ ਸਰੀਰ ਨਿੱਗਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਤੇ ਅਸੀਮ ਵੀ ਹੈ। ਬਾਹਰ ਦਾ ਸਰੀਰ ਨਿੱਗਰ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਸੀਮਾ-ਬੱਧ ਵੀ ਹੈ। ਬਾਹਰ ਦਾ ਸਰੀਰ ਸਾਡਾ ਪਦਾਰਥਕ ਰੂਪ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਦਾ ਸਰੀਰ ਸਾਡੀ ਚੇਤਨ ਹੋਂਦ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤਾਂ ਬਾਹਰਲੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਇਸ ਵੱਲੋਂ ਚੇਤਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਹ ਵੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵੱਲੋਂ ਚੇਤਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਚੇਤਨਾ ਕੇਵਲ ਸਰੀਰ ਤਕ ਹੀ ਮਹਿਦੂਦ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤਾਂ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਹੋਂਦ ਹੈ। ਇਉਂ ਸਮਝੋ ਜਿਵੇਂ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿਚ ਕੋਈ ਲੋਟਾ ਪਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਚਲੇ ਪਾਣੀ ਤੇ ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਕੋਈ ਅੰਤਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਉਵੇਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਤੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਚੇਤਨਾ ਵੀ ਇੱਕੋ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੀ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਆਤਮਾ ਕਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ (ਪਰਮ ਆਤਮਾ)। ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜਨਾ ਹੀ ਸਾਡਾ ਪਰਮ ਉਦੇਸ਼ ਹੈ।

ਧਿਆਨ ਲਈ ਸਹਾਈ ਕਰਮ

ਜਿਤਨਾ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਤੇ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾ ਲਈਏ, ਉਤਨਾ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣਾ ਸੌਖਾ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਵੇਂ ਹੀ ਜਿਤਨਾ ਸੰਸਾਰਕ ਧੰਧਿਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾਈ ਜਾਈਏ, ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਘੱਟ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਘੱਟ ਬੋਲਣਾ, ਦਿਨ ਵਿਚ ਇਕ ਦੋ ਘੰਟੇ ਇਕੱਲਿਆਂ ਬਿਤਾਉਣੇ, ਧਿਆਨ ਦੇ ਲੱਗਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ

ਕਰਦੇ ਹਨ। ਦੈਵੀ ਮਦਦ ਲਈ ਅਰਦਾਸਾਂ, ਅਰਜ਼ੋਈਆਂ, ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੀਆਂ ਉਪਰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ, ਕ੍ਰੋਧ ਉਪਰ ਨਿਰੋਧ ਅਤੇ ਸੰਜਮ ਵਾਲੀ ਸਰੀਰਕ ਮੁਦ੍ਰਾ, ਇਹ ਸਭ ਧਿਆਨ ਦੇ ਵਾਧੇ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੁਸੰਗਤ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਘੱਟ ਪਵੇ। ਹਬਲੇ ਕੰਮਾਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਤੇ ਸੰਵੇਦਨਾਤਮਕ ਉਤੇਜਨਾ ਤੋਂ ਬਚਣ ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਦੀ ਪ੍ਰਪੱਕਤਾ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਦਿਨ-ਬਦਿਨ ਧਿਆਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਵਧਾਈ ਜਾਈਏ, ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਲੈਂਦੇ ਰਹੀਏ, ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਤਨ-ਮਨ ਜੋੜੀਏ ਤੇ ਸਭ ਨਾਲ ਪਿਆਰਵਾਨ ਵਰਤਾਵਾ ਕਰਦੇ ਰਹੀਏ ਤਾਂ ਧਿਆਨ ਦੇ ਵਿਗਾਸ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਦੀਆਂ ਬਰਕਤਾਂ ਨੂੰ ਚਿਤਾਰੀਏ ਤੇ ਮਨ ਵਿਚ ਹੀ ਆਪਣੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਨਾਲ ਮੇਲ ਦੀ ਇੱਛਾ ਪ੍ਰਬਲ ਤੋਂ ਹੋਰ ਪ੍ਰਬਲ ਕਰੀ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਆਸ ਤੋਂ ਵਧੇਰਾ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜ਼ਰੂਰੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਨੇਮ ਦੀ। ਨੇਮ ਨੂੰ ਟੁੱਟਣ ਨਾ ਦੇਵੀਏ। ਜਿਤਨਾ ਵੱਧ ਨੇਮ ਨਿਭੇਗਾ, ਉਤਨਾ ਛੇਤੀ ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਦਾ ਵਿਗਾਸ ਹੋਵੇਗਾ। ਧਿਆਨ ਜੁੜਦਾ ਜੁੜਦਾ ਵੀ ਕਦੇ ਕਦੇ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨਿਰਾਸ ਨਾ ਹੋਵੋ, ਲੱਗੇ ਰਹੋ। ਲੱਗੇ ਰਹੀਏ ਤਾਂ ਧਿਆਨ ਮੁੜ ਟਿਕਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਵਿਚਾਲੇ ਬੜੇ ਲੰਮੇ ਵਕਫ਼ੇ ਵੀ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤਾਂ ਵੀ ਅਭਿਆਸ ਛੱਡੋ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਹੀ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਪਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਅੰਤਰ-ਧਿਆਨਤਾ

ਅੰਤਰ-ਧਿਆਨਤਾ ਸਾਧਾਰਨ ਅੰਤਰਝਾਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਨਾ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਯਤਨ ਹੀ। ਨਾ ਹੀ ਇਹ ਕਰਤਾਪੁਰਖ ਨੂੰ ਬੁੱਧੀ ਰਾਹੀਂ ਸਮਝਣ ਦਾ ਯਤਨ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਕਰਤਾਰ ਬਾਰੇ ਸਿਧਾਂਤਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਈ ਬਾਣੀ ਦਾ ਰਟਨ ਹੀ।

ਕਰਤਾਰ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦਾ ਇੱਕੋ ਇਕ ਯਤਨ ਇਸ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੋਂ ਅਰੰਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀ, ਆਪਣੇ ਗਿਆਨ ਤੇ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰ ਸਣੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਸੋ ਅੰਤਰ-ਧਿਆਨਤਾ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਉਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਮਨੌਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਪੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਬੇਸਹਾਰਗੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰੀਏ। ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਗਹਿਰਾਈ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਉਤਾਰਨ ਤੇ ਉਥੇ ਵਿਆਪ ਰਹੇ, ਪਰ ਅਜੇ ਅਦਿੱਸਦੇ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਆਪਣੀ ਗੁਨਾਹਗਾਰੀ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੀਏ। ਇਉਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਸਤਿਤਵ ਦੇ ਸਨਮੁਖ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

ਧਿਆਨ ਲਾਉਣ ਦਾ ਮੁੱਢ 'ਆਪੇ ਦੀ ਸੋਝੀ' ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਤੋਂ ਉਪਜਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਜਗਿਆਸੂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਝਾਤ ਮਾਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨ ਦਾ ਇਕ ਭਾਗ

ਰਹਿੰਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਵੇਖਦਾ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਕਾਰਜ-ਕਰਮ ਉਪਰ ਨਿਗਾਹ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਦਾ ਵੇਖਣਹਾਰਾ ਭਾਗ ਉਚੇਰਾ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵੇਖੇ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਭਾਗ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਨੀਵਾਂ। ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਮਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਕਈ ਨੁਕਸ ਉਘੜ ਕੇ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।

ਜਿਵੇਂ ਉਪਰ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਹਾਂ, ਕਿਸੇ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ ਅਸਥਾਨ ਦੇ ਸ਼ਾਂਤ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵਰਤਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੀਏ। ਇਹ ਸਾਧਨਾ ਭਾਵੇਂ ਪੰਦਰਾਂ ਪੰਦਰਾਂ ਮਿੰਟ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਹੀ ਕਰੀਏ। ਫਿਰ ਇਸ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਵਿਚ ਸਾਵਧਾਨ ਹੋ ਕੇ ਮਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤੀ ਮਾਰੀਏ। ਫਿਰ ਇਸ ਅੰਤਰ-ਧਿਆਨਤਾ ਨੂੰ ਹੋਰ ਗਹਿਰਾ ਹੋਣ ਦੇਵੀਏ। ਤਦ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਇਹ ਮਨ ਅਸਲੋਂ ਖੁਟਹਰ ਹੈ[7], ਇਸ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਸੋ, ਨਾ ਇਸ ਦਾ ਵਿਸਾਹ ਕਰੀਏ, ਨਾ ਲਿਹਾਜ਼ ਕਰੀਏ ਤੇ ਨਾ ਇਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਮਝੌਤਾ ਹੀ ਕਰੀਏ। ਸਗੋਂ ਇਸ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਗੁਪਤ ਮੰਤਵਾਂ ਨੂੰ ਭਾਲਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੀਏ। ਨਿਤਾਪ੍ਰਤਿ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੇ ਅਵਿਰਲ ਸੋਘੀ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਮਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਸੰਵਾਰਨ ਦਾ ਰਾਹ ਖੁੱਲ੍ਹਦਾ ਜਾਪੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਨਾਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਪਾਸੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਮੰਗਣ ਦੀਆਂ ਅਰਦਾਸਾਂ ਵੀ ਕਰਦੇ ਰਹੀਏ ਤਾਂ ਮਨ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਬੜਾ ਸੌਖ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮਨ ਦੀਆਂ ਹੇਰਾ-ਫੇਰੀਆਂ ਦੀ ਸਮਝ ਆਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨ ਦੀਆਂ ਚਾਲ-ਬਾਜ਼ੀਆਂ ਤੇ ਧੋਖਾ-ਧੜੀਆਂ ਦੇ ਓਹਲੇ ਹਉਮੈ ਹੀ ਵਰਤ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਹਉਮੈ ਦੀਆਂ ਉਸਤਾਦੀਆਂ ਦਾ ਸਮਾਧਾਨ ਕਰ ਸਕਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ ਅੰਦਰੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਪਛਤਾਵੇ ਤੇ ਅਫ਼ਸੋਸ ਸਾਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਆਤਮ-ਸਮਰਪਣ ਕਰਨ ਵਿਚ ਹੋਰ ਵੀ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਉਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵਾਸਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਦੀਆਂ ਡੂੰਘਾਣਾਂ ਨਾਲ ਪਰਿਚਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਨਾਲ ਦੇ ਨਾਲ ਇਸ ਸੱਚ ਨਾਲ ਵੀ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਲੱਗਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਅਸਤਿਤਵ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਵਿਚ ਹੀ ਹਨ। ਫਿਰ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀ ਹੋਂਦ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸੁਹਾਵੀ ਤੇ ਪਿਆਰ ਭਰੀ ਗਲਵੱਕਣ ਵਿਚ ਹੈ। ਤਦ ਜੀਅ ਕਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਦੇ ਸਾਰੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਉਸ ਪਿਆਰੇ ਮਾਲਕ ਦੇ ਪਿਆਰ ਲਈ ਖੋਲ੍ਹ ਦੇਵੀਏ, ਜਿਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਕਾਰਨ ਸਾਡਾ ਸਾਰਾ ਅੰਦਰ ਜਗਮਗਾਉਣ ਲੱਗ ਪਵੇ।

ਆਪਣੇ ਸੱਚੇ ਆਪੇ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਪਰਿਚਿਤ ਹੋਣ ਸਾਰ ਹੀ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡਾ ਬਾਹਰਲਾ ਆਪਾ ਤਾਂ ਬੜੀ ਹੱਦ ਤਕ ਭਰਮ ਹੈ, ਮਿਥਿਆ ਹੈ। ਐਸੀ ਸਮਝ ਦਾ ਉਜਾਗਰ ਹੋਣਾ ਦੈਵੀ ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਸਦਕੇ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਧਿਆਨ ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਨੂੰ ਬਰਖ਼ਾਸਤ ਕਰ ਕੇ ਉਸ

7. ਮਨ ਖੁਟਹਰ ਤੇਰਾ ਨਹੀ ਬਿਸਾਸੁ ਤੂ ਮਹਾ ਉਦਮਾਦਾ॥
ਖਰ ਕਾ ਪੈਖਰੁ ਤਉ ਛੁਟੈ ਜਉ ਊਪਰਿ ਲਾਦਾ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 815)*

ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਲਈ ਝੋਲੀ ਅੱਡ ਕੇ ਖਲੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵੱਲੋਂ ਬਖ਼ਸ਼ਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਤਦ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਸਾਧਕ ਦਾ ਧਿਆਨ, ਉਸ ਦੀ ਸੁਰਤਿ ਅਤਿ ਦੀ ਡੂੰਘਾਈ ਤਕ ਉਤਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਕਰਤਾਰ ਅੱਗੇ ਅਤਿ ਨਿਮਰ ਹੋ ਕੇ ਖਲੋਤਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤਦ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਤਿ ਗ਼ਰੀਬ਼ ਰੂਹਾਨੀਅਤ ਦਾ ਇਹਸਾਸ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹੰਝੂਆਂ ਰਾਹੀਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੀ ਯਾਚਨਾ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਮਨ ਵਿਚ ਐਸੀ ਅੰਤਰ-ਧਿਆਨਤਾ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਦੇ ਲਗਾਤਾਰ ਅਭਿਆਸ ਰਾਹੀਂ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਤੇ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਦਾ ਰਾਹ ਵੀ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹੀ ਖੁੱਲ੍ਹਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਹ ਅਭਿਆਸ ਪੌੜੀ ਪੌੜੀ ਚੜ੍ਹਦਾ, ਧਾਰਨਾ, ਧਿਆਨ ਤੇ ਸਮਾਧੀ ਦੇ ਰੂਪਾਂ ਥਾਣੀ ਲੰਘਦਾ ਹੋਇਆ ਅੰਤ ਬ੍ਰਹਮ-ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਧਿਆਨ ਦੇ ਪੱਧਰ

ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੱਠ ਕਰਮ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਨਿਰ-ਜਤਨ, ਪਰ ਨੇਮ-ਬੱਧ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਦੀ ਇਸ ਵਿਧੀ ਨੂੰ 'ਸਹਜਿ ਧਿਆਨ'[8] ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹੋ 'ਆਤਮ ਧਿਆਨ' ਹੈ[9], ਇਸੇ ਨੂੰ 'ਅੰਤਰਗਤਿ ਧਿਆਨ'[10] ਵੀ ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਨਿਰੰਤਰ ਧਿਆਨ ਰਾਹੀਂ ਸਾਧਕ ਜਿਸ ਕਾਸੇ ਦਾ ਵੀ ਧਿਆਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਇਕਮਿਕਤਾ ਦੇ ਕਈ ਪੱਧਰ ਹਨ। ਬੋਧੀ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਵਿਚ ਇਸ ਦੇ ਅੱਠ ਪੱਧਰ ਨਿਰੂਪੇ ਗਏ ਹਨ। ਹਰ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮਨ ਤੇ ਸਰੀਰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸ਼ਾਂਤ, ਵਧੇਰੇ ਇਕਰੂਪ ਤੇ ਇਕਸਾਰ ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਜਮੀ ਤੇ ਵਿਸਤਾਰ ਵਾਲੀ ਹੋਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਸਾਧਕ ਅੱਗੇ ਵੱਧਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਪਹਿਲੇ ਪੱਧਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਆਪਣੇ ਧਿਯੇਇ ਦੇ ਸਮਰਪਣ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਧਿਆਨ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਚਾਰ ਪੱਧਰ ਆਪਣੇ ਧਿਯੇਇ ਨੂੰ ਇਕ ਚਿੱਤ ਹੋ ਕੇ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਪੱਧਰ ਹਨ। ਚੌਥੇ ਪੱਧਰ ਤੋਂ ਬਾਦ ਧਿਆਨ ਹੋਰ ਸੂਖਮ, ਹੋਰ ਸੂਖਮ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਰਿਧੀਆਂ-ਸਿਧੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਚਿੱਤ ਭਰਮਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਬੜੇ ਸਾਧਕਾਂ ਨੂੰ ਉਥੇ ਹੀ ਬੰਨ੍ਹ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਈ ਸਾਧਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੀ ਕੁਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕਰਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਐਸੇ ਸਾਧਕਾਂ ਦੀ ਅੱਗੇ ਦੀ ਉੱਨਤੀ ਖੜੋਤ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਰਿਧੀਆਂ-ਸਿਧੀਆਂ ਦਾ ਅਧਿਆਤਮ ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਵਾਸਤਾ ਨਹੀਂ ਜਾਪਦਾ। ਇਹ ਕੇਵਲ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਹੀ ਪੱਠੇ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

---

8. ਹਿਰਦੈ ਕਮਲੁ ਪ੍ਰਗਾਸਿਆ ਲਾਗਾ ਸਹਜਿ ਧਿਆਨੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 26)*
9. ਕਈ ਕੋਟਿ ਆਤਮ ਧਿਆਨੁ ਧਾਰਹਿ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 275)*
10. ਰਾਮੁ ਜਪਹੁ ਅੰਤਰਗਤਿ ਧਿਆਨੇ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1030)*

ਸੋ ਇਹ ਕਰਮ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਵਰਜਿਤ ਹਨ। ਅਗਲੇ ਪੱਧਰ, ਰੂਪ ਤੋਂ ਅਗਾਂਹ ਦੇ ਪੱਧਰ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਚੇਤਨਾ ਪਾਸ ਕੋਈ ਉਚੇਚਾ ਧਿਯੇਇ ਵੀ ਰਹਿ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਧਿਆਨ ਧਿਆਤਾ ਤੇ ਧਿਯੇਇ ਇਕਮਿਕ ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਸ਼ੁਰੂ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਬਹੁਤਾ ਚਿਰ ਟਿੱਕਦਾ ਨਹੀਂ। ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਵਧੇਰੇ ਥਿਰਤਾ ਆਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਪੂਰਨ ਥਿਰਤਾ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਧਿਆਨ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਧਿਆਤਾ ਵੀ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਧਿਆਨੀ ਦਾ ਧਿਆਨ ਫਿਰ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਇਕਸਾਰ ਅਟੁੱਟ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਅੰਦਰ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਹਰ ਅਨੁਭਵ ਦੀ ਜ਼ਮੀਨ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਆਪ ਅਨੁਭਵ ਵਾਂਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਕਿ ਇਹ ਕੀ ਹੈ ? ਇਹ ਕੋਈ ਵਸਤ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਦਾ ਸੁਭਾਉ ਨਿਵੇਕਲਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵੇਂ ਹਰ ਵੇਲੇ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਧਿਆਨ ਇਸ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ, ਇਹ ਹਰ ਧਿਆਨ ਦੀ ਧਰਤੀ ਹੋ ਕੇ ਵਿਚਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਲੋਂ ਅਕੱਥ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਮੱਛਲੀ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਉਹ ਤਰਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਸਾਨੂੰ ਵੀ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਉਸ "ਦਾਨਾ ਬੀਨਾ ਦਰੀਆਓ" ਦਾ ਕੁਝ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਹਰ ਪਲ ਵਿਚਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਇਹੋ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਹਰ ਅਨੁਭਵ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸ਼ਰਤ ਹੈ। ਇਸ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਅਨੁਭਵ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ।

ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਧਿਆਨ ਪੱਕਦਾ ਹੈ, ਸਾਧਕ ਦੇ ਮਨ ਦਾ ਸੁਭਾਅ ਹੋਰ ਹੋਰ ਸਾਤਵਿਕ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਾਂਤੀ ਉਸ ਦੀ ਮੁਦ੍ਰਾ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਨਿਰਮਲਤਾ ਉਸ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਛਟਕਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਸੁਹਾਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਉਜਾਗਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬੜੀ ਵੇਰ ਐਸੇ ਸਾਧਕ ਕਲਾਕਾਰ ਜਾਂ ਕਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਦਗੀ ਤੇ ਗੰਭੀਰਤਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਰਤਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

ਐਸੇ ਸਾਧਕ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਮਸਲੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੱਲ ਹੋਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦਾ ਚਿੱਤ ਵੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਵਧੇਰੇ ਜੁੜਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਬਾਣੀ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਆਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਬਿਰਤੀ ਸਾਤਵਿਕਤਾ ਤੋਂ ਵੀ ਅੱਗੇ ਲੰਘ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਜਾਗੀ ਰੂਹਾਨੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਜੋ ਸਾਧਕ ਸਾਂਭ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਖਿੰਡਣ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੇ, ਉਹ ਪੌੜੀ ਪੌੜੀ ਉਪਰ ਚੜ੍ਹੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਕ ਦਿਨ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਾਣੀ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਦਾ ਰਹੱਸ ਸੁਤੇ-ਸਿੱਧ ਲਿਸ਼ਕਾਰੇ ਮਾਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਖੇਤਰ ਨੂਰੋ-ਨੂਰ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਵਸਥਾ 'ਪੂਰਨ ਧਿਆਨ'[11] ਦੀ ਹੈ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਡੂੰਘਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਪਰਮ ਪੁਰਖ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ 'ਪਰਮ ਧਿਆਨ'[12] ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਮਨ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਹੀ ਅਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ

11. ਮਹਾ ਸੰਤੋਖੁ ਹੋਵੈ ਗੁਰ ਬਚਨੀ ਪ੍ਰਭ ਸਿਉ ਲਾਗੈ ਪੂਰਨ ਧਿਆਨੁ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 682)*
12. ਆਪਿ ਪਾਰਸੁ ਪਰਮ ਧਿਆਨੀ ਸਾਚੁ ਸਾਚੇ ਭਾਵਏ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 687)*

ਹੈ। ਹਉਮੈ ਨਿੱਪਟ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਦੂਈ ਉੱਠ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਕੀਸ਼ਰ ਨਾਲ ਪੂਰਨ ਅਭੇਦਤਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਅਵਸਥਾ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ:

ਕਵਨ ਧਿਆਨੁ ਮਨੁ ਮਨਹਿ ਸਮਾਵੈ॥
ਹਉ ਹਉ ਮੈ ਮੈ ਵਿਚਹੁ ਖੋਵੈ॥
ਦੂਜਾ ਮੇਟੈ ਏਕੋ ਹੋਵੈ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 943)*

ਤਦ ਸਾਧਕ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਨੁਭਵੀ ਗਿਆਨ ਠਾਠਾਂ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਇੰਦਰੀਆਂ ਉਪਰ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ। ਉਹ ਤ੍ਰਿਕਾਲ-ਦਰਸ਼ੀ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਬਿਨਾਂ ਵੇਖਿਆਂ ਵੇਖਦਾ ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸੁਣਿਆਂ ਸੁਣਦਾ ਹੈ:

ਅਖੀ ਬਾਝਹੁ ਵੇਖਣਾ ਵਿਣੁ ਕੰਨਾ ਸੁਨਣਾ॥
ਪੈਰਾ ਬਾਝਹੁ ਚਲਣਾ ਵਿਣੁ ਹਥਾ ਕਰਣਾ॥
ਜੀਭੈ ਬਾਝਹੁ ਬੋਲਣਾ ਇਉ ਜੀਵਤ ਮਰਣਾ॥
ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਣਿ ਕੈ ਤਉ ਖਸਮੈ ਮਿਲਣਾ॥
(ਵਾਰ ਮਾਝ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 139)

ਫਿਰ ਉਹ ਜੋ ਕੁਝ ਵੇਖਦਾ ਹੈ, ਸਿੱਧਾ ਧਿਆਨ ਥਾਣੀ ਵੇਖਦਾ ਹੈ:

ਪੇਖਤ ਸਗਲ ਧਿਆਨੋ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1006)*

ਜਦ ਧਿਆਨ ਏਡਾ ਪ੍ਰਪੱਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਧਕ ਦਾ ਰੋਮ ਰੋਮ 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ! ਵਾਹਿਗੁਰੂ!' ਕਰਦਾ ਹੈ।[13] ਜਿਵੇਂ ਆਵਾਜ਼ ਦੀਆਂ ਥਰਕਨਾਂ ਖਲਾਅ ਥਾਣੀ ਪੰਧ ਮਾਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਵੇਂ ਪਰਮ ਧਿਆਨੀ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਰੂਹਾਨੀ ਥਰਕਨਾਂ ਤੁਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸੈਆਂ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਜੀਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਵਰਤਾਉਂਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਐਸਾ ਸਾਧਕ ਸਮਸਤ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਨਾਲ ਇਕ ਹੋਇਆ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਇਕ ਸੁਗੰਧ ਆਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, "ਤਪਾ ਮੁਸ਼ਕਿਆ ਹੈ।"

ਇਕ ਰੂਹਾਨੀ ਹਾਲਾ ਸਾਧਕ ਦੇ ਗਿਰਦ ਭਾਸਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਜਿਉੜਿਆਂ ਅੰਦਰ ਠੰਢ ਵਰਤਾਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਈ ਉਸ ਦੀ ਸੰਗਤ 'ਚੋਂ ਆਤਮਿਕ ਸੁਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਬੋਲੇ ਤਾਂ ਵੀ, ਨਾ ਬੋਲੇ ਤਾਂ ਵੀ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਣਿਆ, ਸਭ ਉੱਤੇ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸੁਤੇ ਹੀ ਪਾਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਉਸ ਦੀ ਛੋਤ ਜਗਤ ਨੂੰ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਭ ਨੂੰ ਨਿਰਮਲ ਕਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਸੰਗ ਕਾਰਨ ਹੋਰਾਂ ਅੰਦਰ ਵੀ ਖੇੜਾ ਵਰਤਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਵੀ ਭਵ-ਸਾਗਰ ਤਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

ਤਿਸੁ ਜਨ ਕੈ ਸੰਗਿ ਤਰੈ ਸਭੁ ਕੋਈ ਸੋ ਪਰਵਾਰ ਸਧਾਰਣਾ॥
(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1077)

---

13. ਗੁਰਮੁਖਿ ਰੋਮਿ ਰੋਮਿ ਹਰਿ ਧਿਆਵੈ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 941)*

ਸਮਾਧੀ

ਕਦੇ ਕਦੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਜਿਹੇ ਚਿਰ ਲਈ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਸ਼ਾਂਤ ਅਵਸਥਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਰਾਗ ਦੋਖ ਨਿਬੜ ਗਏ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਐਸੀ ਮੌਨ ਮਾਨਸਿਕ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਤੁਸ਼ਨਿਮ ਅਵਸਥਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਸਾਧਕ ਇਸੇ ਨੂੰ ਸਮਾਧੀ ਸਮਝ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਹੋਰ ਸਾਧਕ ਇਸ ਨੂੰ ਰੂਹਾਨੀ ਵਹਿਣ ਵਿਚ ਡੁੱਬਣਾ ਮੰਨ ਬੈਠਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕਈ ਅੱਧ-ਸੁੱਤੀ ਅੱਧ-ਜਾਗਦੀ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਹੀ ਸਮਾਧੀ ਮੰਨ ਬੈਠਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਸਮਾਧੀ ਤਾਂ ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਰੂਹਾਨੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਸੁਖੈਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਧਿਆਨ ਅਭਿਆਸ ਦਾ ਸਿਖਰ ਹੈ। ਵਿਆਸ ਜੀ ਅਨੁਸਾਰ ਇਥੋਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਪੰਜ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਥਾਣੀ ਲੰਘਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਹਨ :

(1) ਕਸ਼ਿਪਤ ਅਵਸਥਾ : ਇਸ ਵਿਚ ਮਨ ਬੜਾ ਚੰਚਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਧਰ-ਉਧਰ ਖਿੰਡਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।

(2) ਮੂੜ੍ਹ ਅਵਸਥਾ : ਇਸ ਵਿਚ ਮਨ ਆਪਣੇ ਲਕਸ਼ ਵੱਲੋਂ ਬੇ-ਧਿਆਨਾ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਦੇ ਉਧਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕਦੇ ਉਸ ਨੂੰ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

(3) ਵਿਕਸ਼ਿਪਤ ਅਵਸਥਾ : ਇਸ ਵਿਚ ਮਨ ਕਦੇ ਕਦੇ ਟਿਕਾਉ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਅਵਸਥਾ ਲਗਾਤਾਰ ਕਾਇਮ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ।

(4) ਏਕਾਗਰ ਅਵਸਥਾ : ਇਸ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਇਕ ਬਿੰਦੂ 'ਤੇ ਟਿਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਾਫ਼ੀ ਚਿਰ ਉਥੇ ਟਿਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

(5) ਨਿਰੁੱਧ ਅਵਸਥਾ : ਇਸ ਵਿਚ ਮਨ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅੰਤਮ ਅਵਸਥਾ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਸ਼ੁੱਧ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮਹਾਂ ਅਨੰਦ ਵੀ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਾਮ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ - ਸੁੰਨ ਵੀ, ਬ੍ਰਹਮ ਵੀ, ਓਮ ਵੀ, ਕੈਵਲਯ ਵੀ।

ਵੇਦਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ ਅਨੰਦ-ਹੋਂਦ ਦਾ ਸੁਆਦ ਕਦੇ ਕਦੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਜੇ ਵੀ ਅਨੁਭਵ, ਮਾਇਆਵੀ ਹੋਂਦ ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਸਵਿਕਲਪ ਸਮਾਧੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਦੋ ਸਾਲ ਦੀ ਹੋਰ ਸਾਧਨਾ ਬਾਦ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਕੁਝ ਕਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਹੇ, ਸਭ ਕੁਝ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਥੇ ਆ ਕੇ ਸਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਤੇ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਵਖੇਵੇਂ ਨਿਬੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਖ਼ਿਆਲ ਭਾਵੇਂ ਕਿਤਿਓਂ ਵੀ ਆਉਣ, ਖਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦੇ। ਅੰਦਰ ਵੀ ਤੇ ਬਾਹਰ ਵੀ ਕੇਵਲ ਇੱਕੋ ਹੋਂਦ ਦਿੱਸਦੀ ਹੈ। ਅੰਤ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਦਾ ਵਖੇਵਾਂ ਵੀ ਨਿੱਬੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਿਰਵਿਕਲਪ ਸਮਾਧੀ ਕਾਇਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਸਿਖਰ ਸਮਾਧੀ ਨਿਰਵਿਕਲਪ ਸਮਾਧੀ ਤੋਂ ਵੀ ਅੱਗੇ ਦੀ ਸਮਾਧੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਹਿਜ ਸਮਾਧੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਨਿਰਵਿਕਲਪ ਸਮਾਧੀ ਬਾਰੇ

ਵੇਦਾਂਤ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਮਾਧੀ ਜੇ ਤਿੰਨ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਵਧੀਕ ਜਾਰੀ ਰਹੇ ਤਾਂ ਜੀਵਾਤਮਾ ਸਰੀਰ ਤਿਆਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਧਕ ਲਈ ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਪਰਤ ਆਉਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਹਿਜ ਸਮਾਧੀ, ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਦੀ ਸਮਾਧੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਹਿਜ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਅੱਪੜ ਕੇ ਸਾਧਕ ਸੰਸਾਰਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਿਭਾਉਣ ਦੇ ਵੀ ਸਮਰਥ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਭਾਵ ਇਹ ਕਿ ਇਹ ਸਮਾਧੀ ਸਾਧਾਰਨ ਜਾਗ੍ਰਿਤ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਵੀ ਨਾਲ ਲਈ ਤੁਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਨਿਰਵਿਕਲਪ ਟਿਕਾਉ ਕਾਇਮ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਸਹਿਜ ਸੰਸਾਰਕ ਕਿਰਿਆ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸਹਿਜ ਵੈਰਾਗ ਵੀ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਦਾ ਇਹ ਵੈਰਾਗ 'ਰਸਿਕ ਵੈਰਾਗ' ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਜੋ ਬੋਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਲਬਰੇਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਸੁਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਦੈਵੀ ਹੁਕਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਸਾਜਨੁ ਦੁਸਟੁ ਜਾ ਕੈ ਏਕ ਸਮਾਨੈ ॥
ਜੇਤਾ ਬੋਲਣੁ ਤੇਤਾ ਗਿਆਨੈ ॥
ਜੇਤਾ ਸੁਨਣਾ ਤੇਤਾ ਨਾਮੁ ॥
ਜੇਤਾ ਪੇਖਨੁ ਤੇਤਾ ਧਿਆਨੁ ॥
ਸਹਜੇ ਜਾਗਣੁ ਸਹਜੇ ਸੋਇ ॥
ਸਹਜੇ ਹੋਤਾ ਜਾਇ ਸੁ ਹੋਇ ॥
ਸਹਜਿ ਬੈਰਾਗੁ ਸਹਜੇ ਹੀ ਹਸਨਾ ॥
ਸਹਜੇ ਚੂਪ ਸਹਜੇ ਹੀ ਜਪਨਾ ॥
ਸਹਜੇ ਭੋਜਨੁ ਸਹਜੇ ਭਾਉ ॥
ਸਹਜੇ ਮਿਟਿਓ ਸਗਲ ਦੁਰਾਉ ॥
ਸਹਜੇ ਹੋਆ ਸਾਧੂ ਸੰਗੁ ॥
ਸਹਜਿ ਮਿਲਿਓ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਨਿਸੰਗੁ ॥
ਸਹਜੇ ਗ੍ਰਿਹ ਮਹਿ ਸਹਜਿ ਉਦਾਸੀ ॥
ਸਹਜੇ ਦੁਬਿਧਾ ਤਨ ਕੀ ਨਾਸੀ ॥
ਜਾ ਕੈ ਸਹਜਿ ਮਨਿ ਭਇਆ ਅਨੰਦੁ ॥
ਤਾ ਕਉ ਭੇਟਿਆ ਪਰਮਾਨੰਦੁ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨੇ 236-37)*

ਇਥੇ ਆ ਕੇ ਚਿੰਤ ਅਚਿੰਤਾ ਸਭ ਅਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਕੇਵਲ ਸਾਧਕ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਵਰਗਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਪ੍ਰਭੂ ਵੀ ਸਾਧਕ ਵਰਗਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਭਾਵ ਦੋਹਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਅੰਤਰ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ:

ਚਿੰਤ ਅਚਿੰਤਾ ਸਗਲੀ ਗਈ ॥
ਪ੍ਰਭ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਮਈ ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1157)*

ਇਹ ਸਮਾਧੀ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਯਤਨਾਂ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ। ਇਉਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਇਸ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਧਿਯੇਇ ਆਪ ਹੀ ਅਚਿੰਤੇ ਸਾਨੂੰ ਆਣ ਮਿਲਿਆ ਹੈ:

ਘਾਲ ਨ ਮਿਲਿਓ ਸੇਵ ਨ ਮਿਲਿਓ ਮਿਲਿਓ ਆਇ ਅਚਿੰਤਾ ॥
(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 672)

ਹੁਣ ਸਾਧਕ ਦਾ ਡਰ ਭਉ ਸਭ ਮਿਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦਾ ਜੀਆਵਣਹਾਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਹੁਣ ਉਹ ਜਾਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਮਰਨਾ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗਾ :

ਮੈ ਨ ਮਰਉ ਮਰਿਬੋ ਸੰਸਾਰਾ॥
ਅਬ ਮੋਹਿ ਮਿਲਿਓ ਹੈ ਜੀਆਵਨਹਾਰਾ॥

(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 325)

ਇਹ ਨਾ ਸਮਝ ਲਈਏ ਕਿ ਸਮਾਧੀ ਬਾਰੇ ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਚਾਰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਹੀ ਸਮਾਧੀ ਲੱਗ ਜਾਏਗੀ ਜਾਂ ਸਮਾਧੀ ਦੀ ਸਮਝ ਹੀ ਆ ਜਾਏਗੀ। ਸਮਾਧੀ ਲਈ ਤਾਂ ਬੜਾ ਲੰਮਾ ਅਭਿਆਸ ਚਾਹੀਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨਾਲੇ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਬਾਰੇ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਭਾਵੁਕ ਪੱਖ

ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਸਮਾਧੀ ਡੂੰਘੇਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਿਉਂ ਤਿਉਂ ਚਿਰਾਂ ਤੋਂ ਮੰਨੀਆਂ ਸੰਕਲਪਨਾਵਾਂ ਦੇ ਪਾਜ ਉਘੜਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਬਿਨਸਣ ਨਾਲ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਔਖ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਸੰਕਲਪ ਚਿਰਾਂ ਤੋਂ ਸਹੀ ਮੰਨੇ ਤੇ ਦਿਲੋਂ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਸਨ, ਜਦ ਉਹ ਥੋਦੇ ਤੇ ਖੋਖਲੇ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਉਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕੁਝ ਗੁਆਚ ਗਿਆ ਹੈ, ਕੁਝ ਵਿਛੜ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਅੰਦਰੋਂ ਸੋਗਵਾਰੀ ਉਤਪੰਨ ਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਉਮੈ ਸਾਡੀ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਕੋਈ ਨਿਵੇਕਲਾ ਤੇ ਸਥਾਈ ਤਾਤਵਿਕ ਕੇਂਦਰ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਇਕ ਮਾਨਸਿਕ ਝਟਕਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇਹ 'ਮੈਂ' ਤਾਂ ਬੜੀ ਪਿਆਰੀ ਵਸਤ ਸੀ। ਇਹੋ ਬੇ-ਬੁਨਿਆਦ ਨਿਕਲੀ। ਇਹ ਸੋਝੀ ਕਈਆਂ ਸਾਧਕਾਂ ਵਿਚ ਦਿਲ-ਢਾਹੂ ਬਣ ਬਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਛੁੱਟ, ਸਾਡੇ ਸਭ ਵਿਚਾਰ, ਭਾਵ, ਪ੍ਰਤੱਖ-ਬੋਧਕ ਬਿੰਬ ਆਦਿ ਪਲ ਪਲ ਇਉਂ ਉਪਜਦੇ ਤੇ ਬਿਨਸਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕੁਆਂਟਮ ਖਲਾਅ ਵਿਚ ਟਿੱਪਣੇ ਜਾਗਦੇ ਤੇ ਅਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਰਚਨਾ ਦੇ ਵਿਚਰਨ ਤੇ ਦੂਜੀ ਦੇ ਉਗਮਣ ਵਿਚਾਲੇ ਜਦ ਨਾ ਕੋਈ 'ਮੈਂ' ਦਿੱਸਦੀ ਹੈ, ਨਾ 'ਵਸਤ', ਤਾਂ ਇਉਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਪਰਛਾਵਿਆਂ ਦੇ ਸ਼ੀਸ਼ਾ-ਘਰ ਵਿਚ ਆਣ ਫਾਥਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਵਸਤਾਂ ਉਹ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਜੋ ਦਿੱਸਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਕ ਨਵਾਂ ਝਰੋਖਾ ਖੁੱਲ੍ਹਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਥਾਣੀ ਝਾਤ ਮਾਰਿਆਂ ਜੋ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ, ਮੰਨਣ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸਾਰੀ ਉਮਰਾ ਦੇ ਮੰਨੇ ਹੋਏ ਨੂੰ ਵਿਅਰਥ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਅੰਦਰ ਇਕ ਆਕੀ-ਪੁਣਾ, ਇਕ ਵਿਰੋਧ ਉਪਜਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਮਜਬੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਨਵੀਂ ਸੋਝੀ ਨੂੰ ਅਸਵੀਕਾਰ ਕਰੀਏ, ਇਸ ਤੋਂ ਮੂੰਹ ਫੇਰ ਲਈਏ, ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰੀਏ, ਇਸ ਦੀ ਹਕੀਕਤ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰੀਏ ਜਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਤਕਰਾਰ ਕਰੀਏ। ਅਸਲੇ ਨੂੰ ਮੰਨਣ ਲਈ ਬੜੀ ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਇਕ ਨਵਾਂ ਪੈਂਤੜਾ ਬੰਨ੍ਹਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਨਵਾਂ ਢਉਂ ਕੱਢਣਾ ਪੈਂਦਾ

ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰੀ ਹੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਬੜੇ ਲੋਕਾਂ, ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਪੱਛਮੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਅਨੁਭਵ ਵਿਨਾਸ਼ਵਾਦੀ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਵਿਰੋਧ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਸਭ ਨੂੰ ਇਸੇ ਸੱਚ ਦੇ ਰੂ-ਬ-ਰੂ ਹੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਆਪਾ ਲੱਭਣ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਗੁਆਚੋ

ਆਪਾ ਲੱਭਣ ਲਈ ਤੁਰੀਏ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗੁਆਚਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਤਰਨਾ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਡੁੱਬਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਵੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਅਸਲਾ ਭਾਲਣ ਤੁਰਦੇ ਹਾਂ, ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਇਹਸਾਸ ਦਿਵਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਨੂੰ ਗੁਆ ਬੈਠਾਂਗੇ। ਪਰ ਜੇ ਸਾਨੂੰ ਸਮਝ ਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਹਉਮੈ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਰਾਹੇ ਪੈਣ ਤੋਂ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਇਹ ਹਰਬਾ ਵਰਤ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਉਸ ਦੀ ਚਾਲ ਵੱਲੋਂ ਸੁਚੇਤ ਹੋ ਜਾਵਾਂਗੇ।

ਜਦੋਂ ਵੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪਦਾਰਥਕ ਹੋਂਦ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਪ੍ਰਸੰਨ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਸਲੇ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿਚ ਜੇ ਅਸੀਂ ਸਫਲ ਹੋ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਦੀ ਤਾਂ ਕੂੜਾਵੀ ਹਸਤੀ ਵਾਲਾ ਭਰਮ ਵੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਵੇਗਾ। ਅਸੀਂ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਮਝਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੀ ਪਦਾਰਥਕ ਹੋਂਦ ਨਾਲ ਜੋੜੀ ਰੱਖ ਕੇ ਆਪ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸੋ, ਜੇ ਅਸੀਂ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਗੱਲੇ ਕ੍ਰੋਧ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਮਝੀਏ ਕਿ ਹਉਮੈ ਸਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾ ਕੇ ਆਪਣਾ ਤਸੱਲਤ ਸਾਡੇ ਉਪਰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਲਈ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਹੈ। ਇਸ ਗੱਲੋਂ ਸਾਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ, ਜੇ ਅਸਾਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕਦੇ ਕ੍ਰੋਧ ਵਿਚ ਨਾ ਆਈਏ, ਜੇ ਕੋਈ ਸਾਡੀ ਰਾਏ ਨਾ ਪੁੱਛੇ ਤਾਂ ਚੁੱਪ ਰਹੀਏ, ਹੋਰਾਂ ਦੀ ਰਾਏ ਸਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਹੈ, ਇਸ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਵੀਏ, ਆਪ ਉਹਨਾਂ ਉਪਰ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਣ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਵਿਦਵਤਾ, ਸੰਪਤੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਪਦਵੀ ਆਦਿ ਜਿਤਲਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਨਾ ਕਰੀਏ। ਆਪਣੀਆਂ ਪਦਾਰਥਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪ ਨਜ਼ਰ-ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਦੇ ਰਹੀਏ ਤਾਂ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦਾ ਅਵਸਰ ਸੌਖਾ ਬਣੇਗਾ।

ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਧਾਰਨ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਬੇਅੰਤ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਅੰਦਰੋਂ ਜਾਗਣਗੀਆਂ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਲੈ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਜਿਤਨਾ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪਦਾਰਥਕ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਘੱਟ ਕਰਾਂਗੇ, ਉਤਨਾ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੁੰਦੇ ਜਾਵਾਂਗੇ।

ਗਿਆਨ

ਜਿਥੇ ਧਿਆਨ ਇਕ ਸਾਧਨਾ ਹੈ, ਉਥੇ ਗਿਆਨ ਉਸ ਸਾਧਨਾ ਤੋਂ ਸੰਭਵ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। 'ਗਿਆਨ' ਪਦ ਦੋ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਸੰਦਰਭਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਸੰਦਰਭਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਦੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਅਰਥ ਹਨ। ਇਕ ਰਵਾਇਤੀ ਸੰਦਰਭ

ਹੈ – ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਬੋਧ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ-ਤਾਰਕਿਕ ਗਿਆਨ ਦਾ। ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਦੂਜਾ ਸੰਦਰਭ ਹੈ – ਪ੍ਰਮਾਣੀਕ ਅਥਵਾ ਨਿਹਕੇਵਲ ਆਤਮਿਕ ਗਿਆਨ ਦਾ। ਪਹਿਲਾ ਗਿਆਨ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਸੰਸਾਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਦੂਜਾ ਉਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਵਰਤਦੇ ਤਾਤਵਿਕ ਯਥਾਰਥ ਨਾਲ। ਪਹਿਲਾ ਦੁਨਿਆਵੀ, ਦੂਜਾ ਰੂਹਾਨੀ। ਮਾਇਆਵੀ ਸੰਸਾਰ ਇਕ ਭਰਮ[14] ਹੈ, ਇਸ ਭਰਮ ਵਿਚ ਭੁੱਲਿਆਂ ਨੂੰ ਤੱਤਸਾਰ ਯਥਾਰਥ ਦਾ ਕੁਝ ਵੀ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ[15]। ਸਾਰਾ ਜਗਤ ਹੀ ਮਾਇਆ ਨੇ ਮੋਹਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਭਰਮ ਜਾਏ ਕਿਵੇਂ ?[16] ਇਹ ਤਾਂ ਹੀ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਗਿਆਤਾ ਤੇ ਗਿਯੇਇ ਵਿਚਾਲੇ ਦਾ ਭਰਮ ਰੂਪ ਭੇਦ ਉੱਠ ਜਾਵੇ, ਜਦੋਂ ਤਰਕ 'ਤੇ ਆਧਾਰਤ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਸਿੱਧੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਰੌਸ਼ਨਜ਼ਮੀਰ ਸੋਝੀ ਉਜਾਗਰ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਸੋਝੀ ਹੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਿਮਾਨ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠ ਕੇ, ਵਸਤਾਂ ਪਿੱਛੇ ਵਰਤਦੇ ਸੱਚ-ਯਥਾਰਥ ਨਾਲ ਇਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਗਿਆਨ ਤਰਕਹੀਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਇਸ ਦਾ ਆਪਣਾ ਸਮਰਥ ਤੇ ਨਿਪੁੰਨ ਤਰਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਭੁਲੇਖਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਉਸ ਬੁਨਿਆਦੀ ਯਥਾਰਥ ਉਪਰ ਆਧਾਰਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ 'ਬ੍ਰਹਮ', 'ਓਅੰਕਾਰ' ਜਾਂ 'ਸੁੰਨ' ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਾਇਆਵੀ ਗਿਆਨ ਨੂੰ 'ਕੁਗਿਆਨ'[17] ਵੀ ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, 'ਫੋਕਟ ਗਿਆਨ'[18] ਵੀ। ਇਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਜੋ ਬ੍ਰਹਮ ਨਿਸ਼ਠ ਗਿਆਨ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ 'ਸੁਗਿਆਨ'[19], 'ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨ'[20], 'ਆਤਮ ਗਿਆਨ'[21], 'ਅੰਤਰਿ ਗਿਆਨ'[22], 'ਸਹਿਜ ਗਿਆਨ'[23], 'ਤੱਤ ਗਿਆਨ'[24], 'ਗੁਰ ਗਿਆਨ'[25], 'ਨਿਰਮਲ ਗਿਆਨ'[26], 'ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਗਿਆਨ'[27], 'ਪੂਰਨ ਗਿਆਨ'[28] ਅਥਵਾ 'ਬਿਸੇਖ ਗਿਆਨ'[29] ਆਦਿ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

---

14. ਇਹੁ ਜਗਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 72)*
15. ਭਰਮੇ ਭੂਲਾ ਤਤੁ ਨ ਜਾਣੈ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 114)*
16. ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਸਭੋ ਜਗੁ ਸੋਇਆ ਇਹੁ ਭਰਮੁ ਕਹਹੁ ਕਿਉ ਜਾਈ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 205)*
17. ਕਾਚੀ ਦੇਹ ਮੋਹ ਫੁਨਿ ਬਾਂਧੀ ਸਠ ਕਠੋਰ ਕੁਚੀਲ ਕੁਗਿਆਨੀ॥ *(ਸਵਯੇ ਸ੍ਰੀ ਮੁਖਬਾਕ੍ਯ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ 1387)*
18. ਆਨ ਜੰਜਾਰ ਬ੍ਰਿਥਾ ਸ੍ਰਮੁ ਘਾਲਤ ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਫੋਕਟ ਗਿਆਨ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1221)*
19. ਮਲ ਮੂਤ ਮੂੜ ਜਿ ਮੁਗਧ ਹੋਤੇ ਸਿ ਦੇਖਿ ਦਰਸੁ ਸੁਗਿਆਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 248)*
20. ਜੋ ਜੋ ਪੇਖੈ ਸੁ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੁ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1152)*
21. ਮਨੂਆ ਡੋਲੈ ਦਹ ਦਿਸ ਧਾਵੈ ਬਿਨੁ ਰਤ ਆਤਮ ਗਿਆਨਾ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1013)*
22. ਅੰਤਰਿ ਗਿਆਨੁ ਨ ਆਇਓ ਮਿਰਤਕੁ ਹੈ ਸੰਸਾਰਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 88)*
23. ਉਪਜੈ ਸਹਜੁ ਗਿਆਨ ਮਤਿ ਜਾਗੈ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 92)*
24. ਸਹਜ ਸਿਫਤਿ ਭਗਤਿ ਤਤੁ ਗਿਆਨਾ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 237)*
25. ਤਜਿ ਹਉਮੈ ਗੁਰ ਗਿਆਨ ਭਜੋ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 241)*
26. ਨਿਰਮਲ ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਅਤਿ ਨਿਰਮਲੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਣੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਵਣਿਆ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 121)*
27. ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗਿਆਨੁ ਮਹਾ ਰਸੁ ਭੋਗੁ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 414)*
28. ਸੋਈ ਜਪੁ ਜੋ ਪ੍ਰਭ ਜੀਉ ਭਾਵੈ ਭਾਣੈ ਪੂਰ ਗਿਆਨਾ ਜੀਉ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 100)*
29. ਸਭ ਮਹਿ ਊਚ ਬਿਸੇਖ ਗਿਆਨੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 298)*

ਦੁਤੀਆ ਭਾਉ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਇਹ ਗਿਆਨ, ਸਿੱਧ ਸਪੱਸ਼ਟ, ਨਿਝੱਕ, ਗੂੜ੍ਹਾ ਤੇ ਅਪਰੋਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਸੰਕਲਪ-ਵਿਕਲਪ ਨਿਬੜ ਗਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਜਾਲਾ ਹੀ ਉਜਾਲਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਭਇਓ ਪ੍ਰਗਾਸੁ ਸਰਬ ਉਜੀਆਰਾ ਗੁਰ ਗਿਆਨੁ ਮਨਹਿ ਪ੍ਰਗਟਾਇਓ ॥

(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 209)

ਤਦ, ਔਘਟ ਸੰਕਲਪਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠੀ ਇਕ ਉੱਦਾਤ ਸਾਦਗੀ ਤੇ ਰੌਸ਼ਨ-ਜ਼ਮੀਰੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ। ਪਰਮ ਗੰਭੀਰ, ਨਿੱਪਟ ਅਡੋਲ ਤੇ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵਿਚਾਰ ਨਿੱਬੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਪਿੱਛੇ ਜੋ ਅਕੱਥ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਸੂਖਮ ਥਰਕਣਾਂ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਝਰਨਾਂਦੀਆਂ ਫਿਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਅਸਤ ਹੋ ਜਾਣ 'ਤੇ ਵਿਸਮਾਦੀ ਮਸਤੀ ਦੀ ਅਲੌਕਿਕ ਅਵਸਥਾ ਵਰਤ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਇਕ ਖਲਾਅ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਵੀ ਚੇਤਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਮਸਤ ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਸੋਝੀਵਾਨ। ਚਿੱਤ ਸਭ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕਤਾਵਾਂ ਤੇ ਖ਼ਿਆਲੀ ਬਣਤਰਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅੰਦਰ ਇਕ ਜਗਮਗ ਕਰਦਾ ਆਕਾਸ਼ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਰਸਾਉਂਦਾ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਸੰਕੇਤਾਂ ਤੇ ਬਿੰਬਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖ਼ਿਆਲਾਂ ਦੇ ਅਸਲ ਨਾ ਹੋਣ ਨੂੰ 'ਪਾਣੀ ਅੰਦਰਿ ਲੀਕ ਜਿਉ' ਦੇ ਬਿੰਬ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਜਗੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਨੂੰ "ਉਰਧ ਕਮਲ ਬਿਗਸਾਨਾ" ਦੇ ਬਿੰਬ ਰਾਹੀਂ ਸਮਝਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਬਿੰਬ ਵਰਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਹਰੇਕ ਸਾਧਕ ਨੇ ਆਪਣੀ ਕਥਨੀ ਵਿਚ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਬਿੰਬ ਹੀ ਵਰਤੇ ਹੋਣ, ਪਰ ਸਿੱਟਾ ਇੱਕੋ ਹੀ ਕੱਢਿਆ ਹੈ। ਮਾਰਗ ਦੇ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਮੰਜ਼ਲ ਦਾ ਸਰੂਪ ਬਿੰਬਾਂ ਵਿਚ ਪਰੁੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕ ਸਾਧਕ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਇਕ ਝੱਗਾਂ ਸੁੱਟਦੀ ਆਬਸ਼ਾਰ ਵਰਗੇ ਸਨ, ਫਿਰ ਨੱਚਦੀ-ਟੱਪਦੀ ਪਹਾੜੀ ਨਦੀ ਵਰਗੇ ਹੋ ਗਏ, ਫਿਰ ਕਿਤੇ ਲਹਿੰਦੇ ਮੈਦਾਨੀ ਦਰਿਆ ਵਾਂਗ ਤੇ ਅੰਤ ਗਹਿਰ-ਗੰਭੀਰ ਸਮੁੰਦਰ ਵਾਂਗ ਜਿਸ ਦੀ ਡੂੰਘਾਣ ਵਿਚ ਇਕਸਾਰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ।

ਆਖ਼ਰ ਜੋ ਫਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਹੈ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਅਕਤਿਤਵ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਸਭ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ, ਸ਼ਕਤੀ ਜਾਗਦੀ ਹੈ, ਮੋਹ ਟੁੱਟਦਾ ਹੈ, ਹਉਮੈ ਬਿਨਸਦੀ ਹੈ ਤੇ ਪਿਆਰਵਾਨ ਕਰੁਣਾ ਮੌਲਦੀ ਤੇ ਵਰਸਦੀ ਹੈ।

ਗਿਆਨ ਖੰਡ

ਧਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਦੈਵੀ ਦਰਬਾਰ ਦਾ ਧਾਰਮਿਕ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਵਰਣਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਹੁਣ ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਵਿਚ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੀ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸਿਰਜਨਾ ਦੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਦਾ ਵਰਣਨ ਹੈ।

ਬੇਅੰਤਤਾ ਇਕ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਸੰਕਲਪ ਵੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕਾਂ ਵਿਚ ਅਜੇ ਤੋੜੀ ਕੋਈ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕੀ। ਪਰ ਬੇਅੰਤਤਾ ਦੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਕੁਝ ਗੁਣ ਐਸੇ ਹਨ, ਜੋ ਬਹੁਤੇ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨ ਨੂੰ ਰਾਜ਼ੀ ਹਨ। ਇਹ ਹਨ – ਪਹਿਲਾ, ਅਖੁੱਟਤਾ ਜਾਂ ਅਮੁੱਕਤਾ ਤੇ ਦੂਜਾ ਭਿੰਨਤਾ। ਅਸਲ ਬੇਅੰਤਤਾ ਕੇਵਲ ਆਤਮਾ ਅਥਵਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਵਿਚ ਇਸ ਬੇਅੰਤਤਾ ਦਾ ਹੀ ਵਰਣਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਬੇਅੰਤਤਾ ਲਈ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਅਨੇਕਾਂ ਸ਼ਬਦ ਵਰਤੇ ਹਨ – ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ 'ਅਸੰਖ' (ਜਪੁ ਜੀ ਦੀਆਂ 17-19 ਪਉੜੀਆਂ ਵਿਚ), 'ਕੇਤੇ' (ਸੋਦਰੁ ਦੀ ਪਉੜੀ ਵਿਚ), 'ਅਗਣਤ' ਤੇ 'ਓੜਕ' ਆਦਿ।

ਕਰਤਾਰ ਵਾਂਗ ਉਸ ਦੀ ਸਿਰਜਨਾ ਵੀ ਬੇਅੰਤ ਹੈ। ਧਰਤੀਆਂ, ਚੰਨ, ਸੂਰਜ, ਆਕਾਸ਼, ਪਾਤਾਲ ਸਭ ਬੇਅੰਤ ਹਨ। ਆਓ! ਇਸ ਖੰਡ ਬਾਰੇ ਜ਼ਰਾ ਹੋਰ ਵਿਸਤਾਰ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕਰੀਏ। ਇਸ ਖੰਡ ਬਾਰੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਇਉਂ ਫ਼ੁਰਮਾਇਆ ਹੈ :

ਧਰਮ ਖੰਡ ਕਾ ਏਹੋ ਧਰਮੁ ॥
ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਕਾ ਆਖਹੁ ਕਰਮੁ ॥
ਕੇਤੇ ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਵੈਸੰਤਰ ਕੇਤੇ ਕਾਨ ਮਹੇਸ ॥
ਕੇਤੇ ਬਰਮੇ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਅਹਿ ਰੂਪ ਰੰਗ ਕੇ ਵੇਸ ॥
ਕੇਤੀਆ ਕਰਮ ਭੂਮੀ ਮੇਰ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਧੂ ਉਪਦੇਸ ॥
ਕੇਤੇ ਇੰਦ ਚੰਦ ਸੂਰ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਮੰਡਲ ਦੇਸ ॥
ਕੇਤੇ ਸਿਧ ਬੁਧ ਨਾਥ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਦੇਵੀ ਵੇਸ ॥
ਕੇਤੇ ਦੇਵ ਦਾਨਵ ਮੁਨਿ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਰਤਨ ਸਮੁੰਦ ॥
ਕੇਤੀਆ ਖਾਣੀ ਕੇਤੀਆ ਬਾਣੀ ਕੇਤੇ ਪਾਤ ਨਰਿੰਦ ॥
ਕੇਤੀਆ ਸੁਰਤੀ ਸੇਵਕ ਕੇਤੇ ਨਾਨਕ ਅੰਤੁ ਨ ਅੰਤੁ ॥੩੫॥
ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਮਹਿ ਗਿਆਨੁ ਪਰਚੰਡੁ ॥
ਤਿਥੈ ਨਾਦ ਬਿਨੋਦ ਕੋਡ ਅਨੰਦੁ ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 7)*

ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦੇ ਬੇਅੰਤ ਤੱਤਾਂ, ਅਨੇਕਾਂ ਦੇਸਾਂ ਤੇ ਕਾਲਾਂ, ਜੀਵਾਂ ਦੀਆਂ ਅਸੰਖਾਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ, ਉਤਪਤੀ ਦੀਆਂ ਅਣਗਿਣਤ ਖਾਣੀਆਂ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਖੰਡਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਤਾਂ ਹੈ ਹੀ, ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਅਨੇਕਾਂ ਸ਼ਿਵ[30], ਬ੍ਰਹਮਾ, ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਦੇਵੀ-ਦੇਵਤਿਆਂ ਦੀ ਅਨੇਕਤਾ ਵੀ ਇਸ ਬੇਅੰਤਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਵਿਰਾਟ ਰੂਪ ਦਾ ਵਰਣਨ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਧਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਨੈਤਿਕ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਪਰ ਨੈਤਿਕ ਜੀਵਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਜੀਵਨ ਦਾ ਪਰਮ ਮਨੋਰਥ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਪਰਮ ਮਨੋਰਥ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਨਾਲ

30. ਏਕ ਸ਼ਿਵ ਭਏ ਏਕ ਗਏ, ਏਕ ਫੇਰ ਭਏ, ਰਾਮਚੰਦ੍ਰ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਕੇ ਅਵਤਾਰ ਭੀ ਅਨੇਕ ਹੈਂ। *(ਦਸਮ ਗ੍ਰੰਥ, ਪੰਨਾ 18)*

ਸੰਜੋਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।[31] ਇਸ ਲਈ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਰਤਾਰ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਧਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਨੈਤਿਕਤਾ ਦਾ ਸੰਬੰਧ 'ਧਰਤੀ ਧਰਮਸਾਲ' ਨਾਲ ਸੀ। ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਵਿਚਲਾ ਕਰਤਾਰ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸਿਰਜਨਾ ਦੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਤੇ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਹੈ। ਇਹ ਦੀਦਾਰ ਵੀ ਪਦਾਰਥਕ ਪੱਧਰ ਦਾ ਨਹੀਂ, ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੱਧਰ ਦਾ ਹੈ। ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਰਾਹੀਂ ਕਾਦਰ ਦੀ ਉਸ ਸਰਬ-ਸਮਰੱਥ ਕਰਤਾਰਤਾ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਵਰਣਨ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ:

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 3)*

ਇਹ ਬੇਅੰਤਤਾ ਸਿਥਲ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਵਿਚ ਤਾਂ ਅਨੇਕਾਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ, ਅਨੇਕਾਂ ਥਰਕਣਾਂ, ਅਨੇਕਾਂ ਸੰਗੀਤਕ ਤਾਨਾਂ, ਅਨੇਕਾਂ ਖੇਡਾਂ ਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਰੰਗ ਤਮਾਸ਼ੇ ਵੀ, ਹਰ ਵੇਲੇ ਵਾਪਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਜੋ ਅਨੰਦ-ਦਾਇਕ ਵੀ ਹਨ ਤੇ ਵਿਸਮਾਦ ਵੀ ਜਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਦਾ ਗਿਆਨ ਨਾ ਇੰਦਰਿਆਵੀ ਗਿਆਨ ਹੈ ਨਾ ਬੌਧਿਕ ਗਿਆਨ, ਨਾ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਸੋਝੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਾਲਪਨਿਕ ਉਡਾਰੀ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਐਸਾ ਵਿਸ਼ੁੱਧ ਗਿਆਨ ਹੈ, ਜੋ ਬਿਨ ਨੇਤਰਾਂ ਦੇ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਿਨ ਕੰਨਾਂ ਦੇ ਸੁਣਦਾ ਹੈ[32] ਤੇ ਅਣਇੰਦਰਿਆਵੀ ਦਿੱਬ-ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨਾਲ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਚੰਡ ਗਿਆਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ[33] – ਜੋ ਤੀਖਣ, ਭੱਖਦਾ, ਰੌਸ਼ਨ, ਗਤੀਸ਼ੀਲ, ਜੋਤਿ ਪ੍ਰਸਾਰਦਾ, ਖੇਡਾਂ ਤਮਾਸ਼ੇ, ਕੌਤਕ ਵਰਤਾਉਂਦਾ ਤੇ ਅਨੰਦ ਉਜਿਆਰਦਾ ਹੈ। ਐਸਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਤੇ ਦਾ ਗਿਆਨ-ਦੀਦਾਰ ਕਰਾਉਂਦਾ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਤਜੱਲੀ ਨਾਲ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਪਰਿਚਿਤ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਐਸੇ ਗਿਆਨ ਦਾ ਉਦੈ ਉੱਜਲ-ਮਤਿ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਧਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚਲੀ ਨੈਤਿਕ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਤੇ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਐਸਾ ਗਿਆਨ ਉਜਾਗਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਵਿਆਪਕਤਾ ਤੇ ਭਰਪੂਰਤਾ ਦੇ ਇਹਸਾਸ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਐਸਾ ਗਿਆਨੁ ਸੁਨਹੁ ਅਭ ਮੋਰੇ ॥
ਭਰਿਪੁਰਿ ਧਾਰਿ ਰਹਿਆ ਸਭ ਠਉਰੇ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 411)*

ਤਦ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਅਨੇਕ ਗੁਣ ਸਚਿਆਰਥੀ ਪੁਰ ਖੁੱਲ੍ਹਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹ ਭਾਸ਼ਾ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤੀ ਦੇ ਗਿਆਨ-ਗੀਤ ਗਾਉਂਦਾ ਹੈ:

ਅਖਰੀ ਗਿਆਨੁ ਗੀਤ ਗੁਣ ਗਾਹ ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 4)*

---

31. ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ ॥
ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 12)*

32. ਅਖੀ ਬਾਝਹੁ ਵੇਖਣਾ ਵਿਣੁ ਕੰਨਾ ਸੁਨਣਾ ॥
ਪੈਰਾ ਬਾਝਹੁ ਚਲਣਾ ਵਿਣੁ ਹਥਾ ਕਰਣਾ ॥
ਜੀਭੈ ਬਾਝਹੁ ਬੋਲਣਾ ਇਉ ਜੀਵਤ ਮਰਣਾ ॥
ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਣਿ ਕੈ ਤਉ ਖਸਮੈ ਮਿਲਣਾ ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 139)*

33. ਅਗਿਆਨੁ ਅੰਧੇਰਾ ਕਟਿਆ ਗੁਰ ਗਿਆਨੁ ਪ੍ਰਚੰਡੁ ਬਲਾਇਆ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 78)*

ਇਥੇ ਅੱਪੜ ਕੇ ਕੋਮਲ ਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਮਾਨ ਨਾਦ ਉਤਪੰਨ ਹੋਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਆਦਿਮ ਬਿੰਬ (ਆਰਕੀਟਾਈਪ) ਪ੍ਰਗਟਦੇ ਹਨ। ਅਰੋਬਿੰਦੋ ਘੋਸ਼ ਇਸ ਪੱਧਰ ਨੂੰ 'ਸਹਿਜ-ਬੋਧੀ ਮਨ' ਦਾ ਪੱਧਰ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਤ੍ਰਾਵੜ ਬੋਧੀਆਂ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦਾ 'ਚੌਥਾ ਧਿਆਨ' ਹੈ।

ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਖਿਣਿਕ ਦੀਦਾਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ (ਸਥਾਈ ਸੰਜੋਗ ਦੇ ਟਾਕਰੇ) ਅਸਥਾਈ ਸੰਜੋਗ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਬੰਦ ਖ਼ਲਾਸੀ ਦਾ ਇਹਸਾਸ ਵੀ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇਥੇ ਹਉਮੈ ਦੀ ਖ਼ਾਸੀ ਨਵਿਰਤੀ ਹੋਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਦਾਰੂ ਭੀ ਇਸੁ ਮਾਹਿ - 2

ਅਸੀਂ ਉਪਰ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਹਾਂ ਕਿ ਹਉਮੈ ਦਾ ਦਾਰੂ ਇਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਹੈ। ਪਰ ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਦੇਵ ਜੀ ਦੀ ਜਿਸ ਪੰਕਤੀ ਉਪਰ ਇਹ ਉਕਤੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਹੈ, ਉਹ ਦੇਹੁਰੀ ਦੀਪਕ ਵੀ ਜਾਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਡਿਉਢੀ ਦਾ ਦੀਵਾ ਦੋਵੇਂ ਪਾਸੇ - ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਵੀ ਤੇ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਵੀ - ਰੌਸ਼ਨੀ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਦੇਹੁਰੀ ਦੀਪਕ ਅਲੰਕਾਰ ਦੋ ਪਾਸੇ ਅਰਥ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਆਓ! ਉਹਨਾਂ ਤੁਕਾਂ ਦਾ ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਪਾਠ ਕਰੀਏ ਤੇ ਵੇਖੀਏ, ਦੇਹੁਰੀ ਦੀਪਕ ਇਥੇ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੰਕਤੀਆਂ ਹਨ:

ਹਉਮੈ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ ਹੈ ਦਾਰੂ ਭੀ ਇਸੁ ਮਾਹਿ॥
ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਜੇ ਆਪਣੀ ਤਾ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਕਮਾਹਿ॥
ਨਾਨਕੁ ਕਹੈ ਸੁਣਹੁ ਜਨਹੁ ਇਤੁ ਸੰਜਮਿ ਦੁਖ ਜਾਹਿ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 466)

ਜੇਕਰ ਪਹਿਲੀ ਪੰਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਮੁਕੰਮਲ ਅਰਥ ਦੀ ਧਾਰਨੀ ਮੰਨ ਲਈਏ ਤਾਂ ਅਰਥ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਉਮੈ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਆਏ ਹਾਂ। ਪਰ ਜੇ ਇਸ ਤੁਕ ਨੂੰ ਅਗਲੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਮੰਨ ਕੇ ਵਿਚਾਰੀਏ ਤਾਂ ਇਹ ਅਰਥ ਨਿਕਲੇਗਾ ਕਿ ਹਉਮੈ ਦੇ ਦੀਰਘ ਰੋਗ ਦਾ ਇਲਾਜ ਇਸ ਵਿਚ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਦੁਆਰਾ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰੀਏ। ਇਸੇ ਸੰਜਮ ਨਾਲ ਹਉਮੈ ਦਾ ਦੁਖ ਦੂਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਕੀ ਹੈ ?

ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਗੁਰੂ-ਹਿਰਦੇ ਦਾ ਬਾਹਰੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਜੋ ਆਤਮ ਗਿਆਨ ਗੁਰੂ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਮਾਨ ਕੀਤਾ, ਉਸ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਨੇ ਸ਼ਬਦ ਦੁਆਰਾ ਸਮਸਤ ਲੋਕਾਈ ਪੁਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।[1] ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਜੋ ਕੋਈ ਇਕ-ਚਿੱਤ ਹੋ ਕੇ, ਸੁਰਤਿ ਜੋੜ ਕੇ, ਲਿਵਲੀਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਗੁਰੂ ਦਾ ਅਸਲ ਚੇਲਾ ਹੈ:

ਸਬਦੁ ਗੁਰੂ ਸੁਰਤਿ ਧੁਨਿ ਚੇਲਾ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧ ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ, ਪੰਨਾ 943)*

ਗੁਰੂ ਦਾ ਹਿਰਦਾ, ਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਤੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਸਭ ਇੱਕੋ ਹਨ।[2]

---

1. ਗੁਰ ਮਹਿ ਆਪੁ ਸਮੋਇ ਸਬਦੁ ਵਰਤਾਇਆ॥ *(ਵਾਰ ਮਲਾਰ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1279)*
2. ਇਕਾ ਬਾਣੀ ਇਕੁ ਗੁਰੁ ਇਕੋ ਸਬਦੁ ਵੀਚਾਰਿ॥ *(ਵਾਰ ਸੋਰਠਿ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 646)*

ਗੁਰੂ ਆਪ ਵੀ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੁਰੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸ਼ਬਦ ਕਰ ਕੇ ਗੁਰੂ ਥੀਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕੇਵਲ ਗੁਰੂ ਦਾ ਦਰਸ਼ਨ ਹੀ ਮੁਕਤੀ ਦਾਤਾ ਨਹੀਂ, ਉਸ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਹੀ ਮੁਕਤੀ ਦਾਤਾ ਹੈ ਤੇ ਮੁਕਤੀ ਕੇਵਲ ਉਸੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਅਥਵਾ ਉਸ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ:

ਸਤਿਗੁਰ ਨੋ ਸਭੁ ਕੋ ਵੇਖਦਾ ਜੇਤਾ ਜਗਤੁ ਸੰਸਾਰੁ ॥
ਡਿਠੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਵਈ ਜਿਚਰੁ ਸਬਦਿ ਨ ਕਰੇ ਵੀਚਾਰੁ ॥
(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 594)

ਉਪਰ ਅਸੀਂ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਹਾਂ ਕਿ ਗੁਰੂ ਪਾਸ ਹੀ ਮਨ ਦੇ ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੀ ਚਾਬੀ ਹੈ। ਇਹ ਚਾਬੀ ਕਿਹੜੀ ਹੈ ? ਇਹ ਚਾਬੀ ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ। ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਲਬਰੇਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤੱਤ ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਛਲਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਵਿਚਾਰਨ ਨਾਲ ਹਉਮੈ ਮਾਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

ਸੋ ਨਿਹਕਰਮੀ ਜੋ ਸਬਦੁ ਬੀਚਾਰੇ ॥
ਅੰਤਰਿ ਤਤੁ ਗਿਆਨਿ ਹਉਮੈ ਮਾਰੇ ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 128)*

ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਆਤਮ-ਸੋਝੀ ਜਾਗਦੀ ਹੈ।[3] ਫਿਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਅੰਦਰ ਬੈਠੇ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੇ ਉਸ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਲਿਆ, ਸਮਝੋ ਉਹ ਆਪ ਪੁਰਖ ਹੋ ਗਿਆ:

ਪੂਰੈ ਗੁਰਿ ਵੇਖਾਲਿਆ ਸਬਦੇ ਸੋਝੀ ਪਾਈ ॥
ਪੁਰਖੈ ਸੇਵਹਿ ਸੇ ਪੁਰਖ ਹੋਵਹਿ ਜਿਨੀ ਹਉਮੈ ਸਬਦਿ ਜਲਾਈ ॥
(ਵਾਰ ਵਡਹੰਸ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 592)

ਜੋ ਪੁਰਖ ਹੋ ਗਿਆ, ਉਹ ਦਲੇਰ ਹੋ ਗਿਆ, ਸਾਹਸੀ ਹੋ ਗਿਆ, ਸੂਰਬੀਰ ਹੋ ਗਿਆ, ਵਰਿਆਮ ਹੋ ਗਿਆ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਹਉਮੈ, ਅਹੰਕਾਰ ਤੇ ਦੁਬਿਧਾ ਵਰਗੇ ਦੁਸ਼ਟ ਮਾਰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ:

ਜੋ ਇਸੁ ਮਾਰੇ ਸੋਈ ਸੂਰਾ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 237)*

ਫਿਰ ਉਸ ਦੇ ਟਾਕਰੇ 'ਤੇ ਹਉਮੈ ਬੜੀ ਕਾਇਰ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਕਾਇਰਤਾ ਹਉਮੈ ਦਾ ਕੋਈ ਅੰਗ ਨਹੀਂ, ਹਉਮੈ ਤਾਂ ਪੂਰੀ ਦੀ ਪੂਰੀ ਕਾਇਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਹ ਡਰ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਤੇ ਉਸ ਦਾ ਪੋਲ ਨਾ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਏ। ਪਰ ਅਗਿਆਨੀ ਜੀਵ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਮੰਨੀ ਬੈਠਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੋ ਕੋਈ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਰਾਹੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਕੇਵਲ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਸ ਦੇ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਪੰਜਾਂ ਦੁਸ਼ਮਣਾਂ – ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ – ਨੂੰ ਵੀ ਪਰਾਜਿੱਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।[4]

---

3. ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦੇ ਆਪੁ ਪਛਾਣੈ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 224)*
4. ਸੋ ਜਨੁ ਸਾਚਾ ਜਿ ਹਉਮੈ ਮਾਰੈ ॥
ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਪੰਚ ਸੰਘਾਰੈ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 230)*

ਹਉਮੈ ਤਾਂ ਇਕ ਅਤਿ ਭੁਰਭੁਰੀ ਵਸਤ ਹੈ - ਚੂਰ ਚੂਰ ਹੋ ਕੇ ਬਿਨਸ ਜਾਣ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ। ਇਸ ਨੂੰ ਤਾਂ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਧੱਕਾ ਹੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਹਉਮੈ ਅੰਦਰੋਂ ਮਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨ ਆਸ-ਅੰਦੇਸਿਆਂ ਤੋਂ ਨਿਹਕੇਵਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਆਸ ਅੰਦੇਸੇ ਤੇ ਨਿਹਕੇਵਲੁ ਹਉਮੈ ਸਬਦਿ ਜਲਾਏ ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 468)

ਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸੱਚੇ ਦਰਬਾਰ ਦਾ 'ਨੀਸਾਣ' ਹੈ, ਜਿਸ ਪਾਸ ਇਹ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਉਸੇ ਨੂੰ ਹੀ ਸੱਚੀ ਦਰਗਾਹ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੋਵੇਗੀ।[5]

ਕੇਵਲ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਹੀ ਸਬਦ ਸਹਾਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਥੇ ਵੀ ਸਾਡੇ ਗਿਰਦ ਰਖਵਾਲੀ ਦੀ ਚਉਕੀ ਲਾ ਕੇ ਸਾਡੀ ਰਖਵਾਲੀ ਕਰਦਾ ਹੈ:

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਖਵਾਰੇ ॥
ਚਉਕੀ ਚਉਗਿਰਦ ਹਮਾਰੇ ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 626)*

ਇਸ ਲਈ ਜਿਸ ਨੇ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਮਨ ਜੋੜ ਲਿਆ, ਉਹ ਸਦਾ ਸਦਾ ਲਈ ਥਿਰ ਹੋ ਗਿਆ:

ਏਕ ਨਿਮਖ ਜੋ ਸਿਮਰਨ ਮਹਿ ਜੀਆ ॥
ਕੋਟਿ ਦਿਨਸ ਲਾਖ ਸਦਾ ਥਿਰੁ ਥੀਆ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 239)*

ਪਰ, ਜਿਸ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਸਿਮਰਨ ਨਹੀਂ ਵੱਸਿਆ, ਉਹ ਕੈਸੀ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਹੇਠਲੇ ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਲੱਗ ਸਕੇਗਾ:

ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਧ੍ਰਿਗੁ ਕਰਮ ਕਰਾਸ ॥
ਕਾਗ ਬਤਨ ਬਿਸਟਾ ਮਹਿ ਵਾਸ ॥
ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਭਏ ਕੂਕਰ ਕਾਮ ॥
ਸਾਕਤ ਬੇਸੁਆ ਪੂਤ ਨਿਨਾਮ ॥
ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਜੈਸੇ ਸੀਙ ਛਤਾਰਾ ॥
ਬੋਲਹਿ ਕੂਰੁ ਸਾਕਤ ਮੁਖੁ ਕਾਰਾ ॥...
ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਕੂਕਰ ਹਰਕਾਇਆ ॥
ਸਾਕਤ ਲੋਭੀ ਬੰਧੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥
ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਹੈ ਆਤਮ ਘਾਤੀ ॥
ਸਾਕਤ ਨੀਚ ਤਿਸੁ ਕੁਲੁ ਨਹੀ ਜਾਤੀ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 239)*

ਦੂਹਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ

ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਂ ਇਹ ਵਿਰੋਧਾਭਾਸ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਹਾਂ ਕਿ ਜਿਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਲੱਭਣ ਤੁਰਦੇ ਹਾਂ, ਉਹ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਗਹਿਰਾਈਆਂ ਵਿਚ

---

5. ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੁ ਨੀਸਾਣੁ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 355)*

ਹੀ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਬਿਲਕੁਲ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾ ਬੇਅੰਤ ਪਾਰਗਾਮੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਵੀ ਉਤਨਾ ਹੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹਰ ਜੀਵ ਦੇ ਅੰਦਰ, ਉਸ ਦੇ ਜ਼ੀਵਨ ਦਾ ਸ੍ਰੋਤ ਹੋ ਕੇ ਵਿਦਮਾਨ ਹੈ – ਉਸ ਦੇ ਹਰ ਅੰਗ ਵਿਚ, ਉਸ ਦੇ ਕੋਸ਼ੇ ਕੋਸ਼ੇ ਵਿਚ।

ਇਉਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਭਾਲ ਦੂਹਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ – ਪਹਿਲਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਡੂੰਘਾਣਾਂ ਦੇ ਧੁਰ ਹੇਠਾਂ ਤੀਕ ਉਤਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਧੁਰ ਅੰਦਰੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪਛਾਣ ਨਸੀਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਉਂ ਭਾਲੇ ਬਿਨਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ।

ਇਥੇ ਇਕ ਹੋਰ ਵਿਰੋਧਾਭਾਸ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਇਹ ਕਿ ਜਦ ਤਕ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੱਖਣੇਪਨ ਦਾ ਇਹਸਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਤਦ ਤਕ ਉਸ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਬੈਠੇ ਰੱਬ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੁਨਿਆਵੀ ਆਪਾ, ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਤਿਆਗ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦਾ ਜਾਚਕ ਹੋਣਾ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਹ ਨਿਰਾ ਭਰਮ-ਭੁਲੇਖਾ ਹੈ। ਇਸ ਕੂੜਾਵੇ ਆਪੇ (ਹਉਮੈ) ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਡੂੰਘੇਰੇ ਉਸ ਦਾ ਸੁੱਚਾ ਅਸਲ ਆਪਾ (ਆਤਮਾ) ਵਿਦਮਾਨ ਹੈ, ਜੋ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਅੰਸ਼ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੋਂ ਅਨਿੱਖੜ ਵੀ। ਜੋ ਵੀ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੈ ਦਾ ਸੱਖਣਾਪਣ ਵੇਖ ਸਕਦਾ ਤੇ ਉਸ ਖੋਖਲੇਪਨ ਨੂੰ ਨੰਗਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹੋ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਬੈਠੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਵਿਚ ਵੀ ਸਫਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ ਰਾਹੀਂ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਤਿਆਗਣਾ ਆਸਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਮਰਨ ਵਿਹੂਣਾ ਸਾਕਤ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਵਿਚ ਹੀ ਜਿਊਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਔਝੜ ਰਾਹੀਂ ਭਟਕਾਉਂਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਨੇ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ ਵਿਛੋੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਉਹ ਗਈ ਨਹੀਂ ਕਿ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਕਿ:

ਫੂਟੋ ਆਂਡਾ ਭਰਮ ਕਾ ਮਨਹਿ ਭਇਓ ਪਰਗਾਸੁ ॥
ਕਾਟੀ ਬੇਰੀ ਪਗਹ ਤੇ ਗੁਰਿ ਕੀਨੀ ਬੰਦਿ ਖਲਾਸੁ ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1002)*

ਜਿਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਗਈ, ਉਸ ਦੀ ਬੰਦ-ਖ਼ਲਾਸ ਹੋ ਗਈ। ਉਹ ਤਾਂ ਜੀਵਨ-ਮੁਕਤ ਹੋ ਗਿਆ:

ਜੀਵਨ ਮੁਕਤੁ ਸੋ ਆਖੀਐ ਜਿਸੁ ਵਿਚਹੁ ਹਉਮੈ ਜਾਇ ॥
(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨੇ 1009-10)

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਕਮਾਹਿ

"ਦਾਰੂ ਭੀ ਇਸੁ ਮਾਹਿ" ਬਾਰੇ ਸੋਚਦਿਆਂ ਅਸਾਂ ਹੁਣ ਤਕ ਵਿਚਾਰਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਰੂਪ ਉਪਦੇਸ਼ ਕਮਾਏ, ਤਾਂ ਹੀ ਇਸ ਹਉਮੈ ਰੂਪ ਦੁਖ ਤੋਂ ਉਸ ਦਾ ਛੁਟਕਾਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਗਿਆਨ, ਸ਼ਬਦ ਤੇ 'ਧੁਨੀਆਤਮਕ' ਰੂਪ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਟਿਕਾਅ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਅੱਗੋਂ ਉਸ ਨੇ ਉਸ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦ ਦੇ 'ਬੈਖਰੀ' ਰੂਪ ਵਿਚ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਕੇ ਸਗਲ ਲੋਕਾਈ ਲਈ ਵਰਤਾ ਦਿੱਤਾ:

ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਓ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ॥
ਸਤਿਗੁਰ ਵਿਚਿ ਆਪੁ ਰਖਿਓਨੁ ਕਰਿ ਪਰਗਟੁ ਆਖਿ ਸੁਣਾਇਆ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 466)

ਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਰੂਪ ਉਸ ਦੀ ਉਚਾਰਨ ਕੀਤੀ ਬਾਣੀ ਹੀ ਹੈ:

ਪ੍ਰਭ ਬਾਣੀ ਸਬਦੁ ਸੁਭਾਖਿਆ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 611)*

ਇਸ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[1]

ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਥਵਾ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਰਾਹੀਂ ਹਉਮੈ ਦਾ ਨਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਹਉਮੈ ਦੇ ਬਿਨਸਣ ਨਾਲ ਨਾਮ ਵਿਚ ਚਿੱਤ ਜੁੜਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਉਂ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਲਗੇ ਸੇ ਉਬਰੇ ਹਉਮੈ ਸਬਦਿ ਗਵਾਇ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 33)

ਇਉਂ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਰਾਹੀਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਜੋਤੀ ਨਾਲ ਐਸਾ ਮਿਲਾਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਪਾਰਸ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਕੋਈ ਆਪ (ਸੋਨਾ ਨਹੀਂ) ਪਾਰਸ ਹੀ ਹੋ ਜਾਵੇ:

ਸਬਦਿ ਮਿਲਹਿ ਤਾ ਹਰਿ ਮਿਲੈ ਸੇਵਾ ਪਵੈ ਸਭ ਥਾਇ॥
ਪਾਰਸਿ ਪਰਸਿਐ ਪਾਰਸੁ ਹੋਇ ਜੋਤੀ ਜੋਤਿ ਸਮਾਇ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 27)

ਇਥੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਇਹ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਕਮਾਈ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਕਮਾਈ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?

---

1. ਆਪੇ ਕਰਤਾ ਕਰੇ ਕਰਾਏ॥
ਆਪੇ ਸਬਦੁ ਗੁਰ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ॥
ਸਬਦੇ ਉਪਜੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰਮੁਖਿ ਆਖਿ ਸੁਣਾਵਣਿਆ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 125)*

ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਜੁੜਨਾ

ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਕਮਾਈ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ – ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਸੁਰਤਿ ਦਾ ਜੋੜ। ਪੁੱਛੋ, ਸੁਰਤਿ ਕੀ ਹੈ? ਸੁਰਤਿ ਵਿਸ਼ੁੱਧ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਇਉਂ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਲੱਗੀ ਰੂਹਾਨੀ ਆਰਸੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਬ੍ਰਹਮ ਦੀ ਝਾਤੀ ਵੱਜਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਇਸ ਪਾਵਨ ਅਨੁਭਵ ਤੋਂ ਕੋਰੇ ਇਸ ਲਈ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸ ਆਰਸੀ ਉਪਰ ਸਾਡੇ ਇੰਦਰਿਆਂ ਨੇ ਤੇ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੇ ਬੜੀ ਪੱਕੀ ਧੂੜ ਜਮਾ ਦਿੱਤੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਸੋ ਪਹਿਲਾਂ ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਇਸ ਆਰਸੀ ਨੂੰ ਇਸ ਧੂੜ-ਮਿੱਟੀ ਤੋਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੁਰਤਿ ਹਰ ਜੀਵ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਹੈ, ਇਸ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਕੋਈ ਜੀਵ ਵੀ ਨਹੀਂ।[2] ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਪ ਵੀ ਸੁਰਤੀ (ਭਾਵ ਸੁਰਤਿ ਵਾਲਾ – ਅਨੰਤ ਸੁਰਤਿ ਵਾਲਾ) ਹੈ, ਉਸ ਨਾਲ ਜੇ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦੀ ਸੁਰਤਿ ਰਲ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਤਨ ਸਮੇਤ ਭਵ-ਸਾਗਰ ਪਾਰ ਕਰ ਲਵੇਗਾ:

ਸੁਰਤੀ ਸੁਰਤਿ ਰਲਾਈਐ ਏਤੁ॥
ਤਨੁ ਕਰਿ ਤੁਲਹਾ ਲੰਘਹਿ ਜੇਤੁ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 878)*

ਪਰ ਇਹ ਸੁਰਤਿ ਸੁਰਤੀ ਨਾਲ ਰਲੇ ਕਿਵੇਂ? ਇਹ ਸ਼ਬਦ-ਸੁਰਤਿ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਲੱਗਿਆਂ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰਤਿ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜੁੜਦੀ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਆਪਣੀ ਸੁੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਗੁਰੂ ਉਪਰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਨ।[3] ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਗਿਆਨੀਆਂ ਅੰਦਰ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਸਨੇਹ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਲਿਵ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸ ਕਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।[4] ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਇਸ ਗਿਆਨ ਤੋਂ ਵਿਰਵੇ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਜਦ ਤਕ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ:

ਮੁਕਤਿ ਭਈ ਬੰਧਨ ਗੁਰਿ ਖੋਲ੍ਹੇ ਸਬਦਿ ਸੁਰਤਿ ਪਤਿ ਪਾਈ॥
(ਮਲਾਰ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1255)

ਗੁਰੂ ਤਨ ਤੇ ਮਨ ਦੇ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਮੁਕਤ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਫਲਸਰੂਪ ਸੁਰਤਿ ਦੀ ਆਰਸੀ ਤੋਂ ਸਭ ਧੂੜ ਝੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਸੁਰਤਿ ਦੀ ਸਮਾਈ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਸਾਧਕ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਸਹਿਵਨ ਮਾਣ-ਸਨਮਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਸੁਰਤਿ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਣਾ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਰਤਿ ਸਬਦੁ ਨੀਸਾਨੁ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 414)*

---

2. ਏਕਾ ਸੁਰਤਿ ਜੇਤੇ ਹੈ ਜੀਅ॥ ਸੁਰਤਿ ਵਿਹੂਣਾ ਕੋਇ ਨ ਕੀਅ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 24)*
3. ਬਾਣੀ ਸੁਰਤਿ ਨ ਬੁਝਨੀ ਸਬਦਿ ਨ ਕਰਹਿ ਪ੍ਰਗਾਸੁ॥
ਓਨਾ ਆਪਣੀ ਅੰਦਰਿ ਸੁਧਿ ਨਹੀ ਗੁਰ ਬਚਨਿ ਨ ਕਰਹਿ ਵਿਸਾਸੁ॥
(ਸਲੋਕ ਵਾਰਾਂ ਤੇ ਵਧੀਕ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1415)
4. ਗਿਆਨੀਆ ਅੰਦਰਿ ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਹੈ ਨਿਤ ਹਰਿ ਲਿਵ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ॥
(ਸਲੋਕ ਵਾਰਾਂ ਤੇ ਵਧੀਕ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1415)

ਜਦ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਤੇ ਸੁਰਤਿ ਦਾ ਮੇਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਅਨਹਦ-ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਧੁਨਿ ਸੁਣਾਈ ਦੇਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ 'ਕਵਾਉ' ਨਾਲ ਸਿਰਜਨਾ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਈ ਤੇ ਜੋ ਅਜੇ ਤਕ ਸਾਰੀ ਸਿਰਜਨਾ ਵਿਚ ਲਹਿਰਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਸ਼ਬਦ ਸੁਰਤਿ ਦੇ ਮੇਲ ਬਾਝੋਂ ਸੁਣਾਈ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦਾ। ਪਰ ਜਦ ਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਇਹ ਸੁਣਾਈ ਦੇਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅੰਦਰ-ਬਾਹਰ ਜੋਤਿ ਜਗਮਗਾ ਉੱਠਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਾਰੇ ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਜੋਗ ਜੁਗਤਿ ਗਿਆਨ ਭੁਗਤਿ ਸੁਰਤਿ ਸਬਦ ਤਤ ਬੇਤੇ ਜਪੁ ਤਪੁ ਅਖੰਡਲੀ॥
ਓਤਿ ਪੋਤਿ ਮਿਲਿ ਜੋਤਿ ਨਾਨਕ ਕਛੂ ਦੁਖੁ ਨ ਡੰਡਲੀ॥

(ਕਲਿਆਨ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1322)

ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਤੇ ਨਾਮ

ਸ਼ਬਦ ਪਦ ਦਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਕ ਅਰਥ ਹੈ – ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ। ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਉਹ ਸ਼ਬਦ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਹੱਦ ਅਥਵਾ ਸੀਮਾ ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਇਸੇ ਨੂੰ ਅਨਾਹਤ ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ – ਉਹ ਸ਼ਬਦ ਜੋ ਕਿਸੇ ਟਕਰਾਉ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਤੇ ਜਿਸ ਦੇ ਕਵਾਉ ਤੋਂ ਸਾਰੀ ਸਿਰਜਨਾ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਈ। ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਹੁਣ ਵੀ ਸਿਰਜਨ ਵਿਸਰਜਨ ਦੀਆਂ ਲਗਾਤਾਰ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਸਮਸਤ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਚਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਨੇਕ ਸਾਧਕਾਂ ਨੇ ਡੂੰਘੀ ਅਤੇ ਅਵਿਰਲ ਅੰਤਰ- ਧਿਆਨਤਾ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਰਾਹੀਂ ਇਸ ਦੇ ਸੁਣੇ ਜਾਣ ਦੀ ਗਵਾਹੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।

ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਦੈਵੀ ਹੁਕਮ ਤੇ ਨਾਮ ਵਾਂਗ ਸਰਬ-ਵਿਆਪੀ ਹੈ। ਇਉਂ, ਨਾਮ, ਹੁਕਮ ਤੇ ਸ਼ਬਦ (ਅਨਹਦ) ਸਮਾਨਰਥਕ ਜਾਪਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਆਰਤੀ ਵਿਚ ਵੱਜਦੀ ਭੇਰੀ ਦੇ ਬਿੰਬ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ।[5] ਜਦ ਇਹ ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਅਥਵਾ ਅਨਹਦ ਬਾਣੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਦਾ ਬਿਨਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਅਨਹਦ ਬਾਣੀ ਪਾਈਐ ਤਹ ਹਉਮੈ ਹੋਇ ਬਿਨਾਸੁ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 21)

ਸ਼ਬਦ ਪਦ ਦਾ ਦੂਜਾ ਅਰਥ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਅਥਵਾ ਗੁਰ-ਉਪਦੇਸ਼ ਹੈ। ਇਹ ਐਸਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਰਾਹੀਂ ਸਾਧਕ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਭੋਗੋ॥
ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਗੋ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨੇ 921-22)

---

5. ਕੈਸੀ ਆਰਤੀ ਹੋਇ॥ ਭਵ ਖੰਡਨਾ ਤੇਰੀ ਆਰਤੀ॥
ਅਨਹਤਾ ਸਬਦ ਵਾਜੰਤ ਭੇਰੀ॥੧॥ਰਹਾਉ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 13)*

ਪੁਨਾ :

ਗੁਰਬਾਣੀ ਸੁਨਤ ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਦ੍ਰਵਿਆ ਮਨੁ ਭੀਨਾ ਨਿਜ ਘਰਿ ਆਵੈਗੋ ॥
ਤਹ ਅਨਹਤ ਧੁਨੀ ਬਾਜਹਿ ਨਿਤ ਬਾਜੇ ਨੀਝਰ ਧਾਰ ਚੁਆਵੈਗੋ ॥

(ਕਾਨੜਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1308)

ਜਿਸ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਅਥਵਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਹੈ, ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਨਹੀਂ। ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ 'ਨਾਮ' ਦਾ ਸਮਾਨਰਥਕ ਹੈ ਤੇ ਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਨਾਮ' ਨੂੰ ਕਿਤੇ ਗੁਰੂ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ।

ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਨਿਸ਼ਕਰਸ਼ ਇਹ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਗੁਰੂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ (ਅਥਵਾ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਧੁਨਾਤਮਕ ਰੂਪ ਵਿਚ) ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਅਨੁਭਵੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਨੂੰ ਗੁਰੂ 'ਬੈਖਰੀ' (ਅਥਵਾ ਭਾਸ਼ਾਈ) ਰੂਪ ਵਿਚ ਪ੍ਰਗਟੀ ਬਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਲੋਕਾਈ ਪ੍ਰਤਿ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਤੇ :

ਬਾਣੀ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਹੈ ਬਾਣੀ ਵਿਚਿ ਬਾਣੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਾਰੇ ॥
ਗੁਰੁ ਬਾਣੀ ਕਹੈ ਸੇਵਕੁ ਜਨੁ ਮਾਨੈ ਪਰਤਖਿ ਗੁਰੂ ਨਿਸਤਾਰੇ ॥

(ਨਟ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 982)

ਇਸੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਥਵਾ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਰਾਹੀਂ ਨਾਮ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ :

ਇਸੁ ਕਾਇਆ ਅੰਦਰਿ ਨਾਮੁ ਨਉ ਨਿਧਿ ਪਾਈਐ ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਵੀਚਾਰਾ ॥

(ਸੂਹੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 754)

ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਜਦ ਵਰਣਾਤਮਕ (ਅੱਖਰੀ) ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬੋਲਿਆ ਵੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ – ਇਹ ਬਾਣੀ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ :

ਅਖਰੀ ਲਿਖਣੁ ਬੋਲਣੁ ਬਾਣਿ ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 4)*

ਅਤੇ

ਸਬਦੇ ਉਪਜੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰਮੁਖਿ ਆਖਿ ਸੁਣਾਵਣਿਆ ॥

(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 125)

ਨਾਮ ਤੇ ਹਉਮੈ

ਆਓ ! ਵਿਚਾਰ ਕਰੀਏ ਕਿ ਨਾਮ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਨਵਿਰਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ? 'ਨਾਮ' ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ – ਅਭਿਆਸ। ਸੋ ਨਾਮ ਉਹ ਪਵਿੱਤਰ ਪਦ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਦਾ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਆਦੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਚੰਚਲ ਮਨ ਆਪਣੀਆਂ ਭੈੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਨੂੰ ਚੰਬੜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਨਾਮ ਜਪਣ ਲਈ ਆਲਸੀ ਤੇ ਕੁਕਰਮ ਕਰਨ ਹਿਤ ਸ਼ੇਰ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ :

ਭਾਈ ਰੇ ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਸਮਝਾਇ ॥
ਏ ਮਨ ਆਲਸੁ ਕਿਆ ਕਰਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 28)

ਪਰ ਇਹ ਅੱਖੜ ਮਨ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵੱਲ ਨਹੀਂ, ਧੰਧਿਆਂ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।[6] ਹਉਮੈ, ਮਮਤਾ, ਮਾਇਆ, ਅਹੰਕਾਰ ਤੇ ਮੋਹ ਸਭ ਫੰਧੇ ਹਨ, ਜੋ ਨਾਮ ਵਿਚ ਚਿੱਤ ਨਹੀਂ ਲੱਗਣ ਦੇਂਦੇ। ਦੁਬਿਧਾ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਜੀਅ, ਅੰਦਰ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਅੱਗ ਵਿਚ, ਸੜ ਮਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਗੁਰੂ ਜੀ ਉਪਦੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਮੂੜੇ ਰਾਮੁ ਜਪਹੁ ਗੁਣ ਸਾਰਿ॥
ਹਉਮੈ ਮਮਤਾ ਮੋਹਣੀ ਸਭ ਮੁਠੀ ਅਹੰਕਾਰਿ॥
ਜਿਨੀ ਨਾਮੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ਦੂਜੀ ਕਾਰੈ ਲਗਿ॥
ਦੁਬਿਧਾ ਲਾਗੇ ਪਚਿ ਮੁਏ ਅੰਤਰਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਅਗਿ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 19)

ਇਹ ਹਉਮੈ ਕਰਮ-ਕਾਂਡਾਂ ਨਾਲ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਐਸੇ ਕਰਮ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹੀ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਅਧਿਆਤਮ ਕਰਮ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਣ।[7] ਕਾਇਆ ਸਾਧਦੇ ਰਹੀਏ, ਭਾਵ ਪੁੱਠੇ ਲਟਕ ਕੇ ਤਪ ਕਰਦੇ ਰਹੀਏ, ਹਉਮੈ ਕਦੇ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਐਸੇ ਕਰਮਾਂ ਦੁਆਰਾ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਤੇ ਨਾਮ ਬਿਨਾਂ ਹਉਮੈ ਮਿਟਦੀ ਨਹੀਂ:

ਜਿਤੁ ਤਨਿ ਨਾਮੁ ਨ ਭਾਵਈ ਤਿਤੁ ਤਨਿ ਹਉਮੈ ਵਾਦੁ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 61)

ਪਰ, ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਦੁਸ਼ਟ ਅਹੰਕਰਣ ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੱਢਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਬੜਾ ਬਹਾਦਰ ਸੂਰਮਾ ਹੈ:

ਨਾਨਕ ਸੋ ਸੂਰਾ ਵਰੀਆਮੁ ਜਿਨਿ ਵਿਚਹੁ ਦੁਸਟੁ ਅਹੰਕਰਣੁ ਮਾਰਿਆ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਸਾਲਾਹਿ ਜਨਮੁ ਸਵਾਰਿਆ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 86)*

ਜਦ ਇਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਅਨੰਤ ਸੁਖ ਹੀ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ, ਬਲਕਿ ਹਉਮੈ ਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਦੁਬਿਧਾ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਵੱਡੀ ਵਡਿਆਈ ਨਸੀਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਏਕੋ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ ਤੂੰ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹਿ ਮੇਰੇ ਭਾਈ॥
ਹਉਮੈ ਦੂਜਾ ਦੂਰਿ ਕਰਿ ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 425)*

ਇਸ ਲਈ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜੋ ਵੱਡਾ ਅਉਖਧ-ਮੰਤ੍ਰ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਜਨਮ ਜਨਮ ਦੇ ਪਾਪਾਂ ਦਾ ਕਾਟਣਹਾਰਾ ਪ੍ਰਭੂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਅਉਖਧ ਮੰਤ੍ਰ ਮੂਲੁ ਮਨ ਏਕੈ ਜੇ ਕਰਿ ਦ੍ਰਿੜੁ ਚਿਤੁ ਕੀਜੈ ਰੇ॥
ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੇ ਪਾਪ ਕਰਮ ਕੇ ਕਾਟਨਹਾਰਾ ਲੀਜੈ ਰੇ॥

(ਗਉੜੀ ਚੇਤੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 156)

---

6. ਇਹੁ ਮਨੂਆ ਅਤਿ ਸਬਲ ਹੈ ਛਡੇ ਨ ਕਿਤੈ ਉਪਾਇ॥
ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਦੁਖੁ ਲਾਇਦਾ ਬਹੁਤੀ ਦੇਇ ਸਜਾਇ॥
ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਲਗੇ ਸੇ ਉਬਰੇ ਹਉਮੈ ਸਬਦਿ ਗਵਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 33)*
7. ਕਾਇਆ ਸਾਧੈ ਉਰਧ ਤਪੁ ਕਰੈ ਵਿਚਹੁ ਹਉਮੈ ਨ ਜਾਇ॥
ਅਧਿਆਤਮ ਕਰਮ ਜੇ ਕਰੇ ਨਾਮੁ ਨ ਕਬ ਹੀ ਪਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 33)*

ਤਦੇ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਆਸ਼ਵਾਸਨ ਦਿਵਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ :

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਹਉਮੈ ਵਿਚਹੁ ਖੋਇ ॥
ਨਾਮੁ ਪਦਾਰਥੁ ਪਾਇਆ ਲਾਭੁ ਸਦਾ ਮਨਿ ਹੋਇ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 61)*

ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ ਦੀਆਂ ਜੁਗਤਾਂ

ਨਾਮ ਜਪਦਿਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰੂਹਾਨੀਅਤ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮੰਜ਼ਲਾਂ ਤੈਅ ਕੀਤੀਆਂ, ਉਹੀ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਐਸੇ ਪਹੁੰਚੇ ਹੋਏ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮੇਰਾ ਜ਼ਾਤੀ ਸੰਪਰਕ ਵੀ ਹੋਇਆ ਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਮ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਪਰਿਚਿਤ ਵੀ ਕਰਾਇਆ, ਇਕ ਸਨ – ਗੁਰਮੁਖ ਬਾਬਾ ਹਰੀ ਸਿੰਘ ਜੀ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਮ ਦੇ ਰਹੱਸਾਂ ਦੀ ਵਿਸਥਾਰ ਸਹਿਤ ਚਰਚਾ ਆਪਣੀ ਮਹਾਨ ਪੁਸਤਕ *ਰਾਹ-ਨੁਮਾਏ ਦੀਦਾਰੇ ਹੱਕ*[8] ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਉਸੇ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਸਾਰੰਸ਼ ਹੇਠਾਂ ਪ੍ਰਸਤੁਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ :

'ਸਤਿਨਾਮ' ਅਥਵਾ 'ਇਸਮੇ ਆਜ਼ਮ' ਦੇ ਜਾਪ ਦੀਆਂ ਕਈ ਜੁਗਤਾਂ ਹਨ। ਸਭ ਰਿਸ਼ੀ-ਮੁਨੀ ਇਹਨਾਂ ਜੁਗਤਾਂ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਦੇ ਤੇ ਸੀਨਾ-ਬ-ਸੀਨਾ ਅੱਗੇ ਤੋਰਿਆ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਅਸੀਂ ਐਸੀਆਂ ਜੁਗਤਾਂ ਬਾਰੇ ਹੇਠਾਂ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ :

ਪਹਿਲੀ ਜੁਗਤਿ 'ਲੋਮ ਜਾਪ' ਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜੀਭਾ ਨਾਲ ਜਪਣ ਦੀ ਜੁਗਤਿ ਹੈ। ਰਸਨਾ ਦੁਆਰਾ ਜਪਦੇ ਜਪਦੇ, ਜਦ ਹਿਰਦੇ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪੈਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜਪਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸ਼ੁੱਧ ਅਤੇ ਅਸ਼ੁੱਧ, ਪਾਪ ਤੇ ਪੁੰਨ, ਚੰਗੇ ਤੇ ਮੰਦੇ ਦੀ ਤਮੀਜ਼ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਦੂਜੀ ਜੁਗਤ 'ਮਲੋਮ ਜਾਪ' ਦੀ ਦੱਸੀ ਗਈ ਹੈ, ਜੋ ਜੀਭਾ ਦੀ ਥਾਂ ਅੰਦਰਲੀ ਜੇਭਾ (ਜ਼ੁਬਾਨੇ ਕਾਲਬ) ਅਥਵਾ ਹਿਰਦੇ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਜੁਗਤ ਰਾਹੀਂ ਸਾਧਕ ਨਾਮ-ਆਧਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਭੁੱਖ-ਪਿਆਸ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[9]

ਤੀਜੀ ਜੁਗਤਿ 'ਕਾਲਪਨਿਕ' ਜੁਗਤਿ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਕਲਪਨਾ ਅਥਵਾ ਤਸੱਵਰ ਨੂੰ ਦਿਲ 'ਤੇ ਨਕਸ਼ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਨਕਸ਼ਬੰਦੀ ਫ਼ਕੀਰਾਂ ਦੀ ਮਨਪਸੰਦ ਜੁਗਤਿ ਸੀ। ਇਸ ਨੂੰ 'ਅੰਗ੍ਰਹ ਉਪਾਸਨਾ' ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ ਜਿਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਕਰੀਏ, ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਜੁਦਾ ਨਾ ਮੰਨ ਕੇ, ਉਸ ਦੀ ਉਪਾਸਨਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਜੁਗਤਿ ਨਾਲ ਭਜਨ ਕੀਤਿਆਂ, ਸੰਤ-ਸਿੱਖ ਵਿਚ ਅਨੇਕਾਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਸਲ ਰੂਪ ਵਿਚ ਵੇਖਣ-ਯੋਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਚੌਥੀ ਜੁਗਤਿ ਪੂਰੇ ਮਹਾਂ-ਮੰਤ੍ਰ ਨੂੰ 'ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਸਹਿਤ' ਉਚਾਰਨ ਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਸੂਫ਼ੀ ਲੋਕ 'ਹਬਸੇ-ਦੰਮ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਕੁਝ ਚਿਰ ਮਗਰੋਂ ਛਾਤੀ ਅੰਦਰ

---

8. ਬਾਬਾ ਹਰੀ ਸਿੰਘ ਗੁਰਮੁਖ ਲਾਂਬਾ, ਭਾਗੋਵਾਲੀਆ, *ਰਾਹ-ਨੁਮਾਏ ਦੀਦਾਰੇ ਹੱਕ* (ਉਰਦੂ), ਦੀਵਾਨ ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਪ੍ਰੈਸ, ਲਾਹੌਰ, 1935.
9. ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩ ਅਨੰਦੁ, ਪੰਨਾ 917)*

ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਨੂਰਾਨੀ ਰੌਸ਼ਨੀਆਂ ਜਗ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਮੁਨੱਵਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪੰਜਵੀਂ ਜੁਗਤਿ 'ਪ੍ਰਾਣ ਸੰਗਲੀ' ਜਾਂ 'ਪਾਸਿ ਅਨਫ਼ਾਸ' ਦੀ ਵਿਧੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਪ ਜਾਗਦਿਆਂ-ਸੁੱਤਿਆਂ ਸੁਆਸ ਸੁਆਸ ਆਪੇ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੁਆਸ ਦੀਆਂ ਦੋ ਹਾਲਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ – ਸਾਹ ਅੰਦਰ ਲੈਣ ਦੀ ਤੇ ਸਾਹ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਦੀ। ਇਸ ਲਈ ਪ੍ਰਾਣ ਸੰਗਲੀ ਵਾਲਾ ਜਾਪ ਦੋ ਪਦਾਂ ਦੇ ਮੰਤ੍ਰ ਨਾਲ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਣਵ ਅੱਖਰ 'ਓੰ' ਦੇ ਨਾਲ '੧' ਦਾ ਅੰਕ ਲਗਾ ਕੇ ਇਸ ਘਾਟ ਨੂੰ ਜ਼ਾਹਰੀ ਤੇ ਮਾਅਨਵੀ ਦੋਨਾਂ ਸੂਰਤਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪੂਰਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਕੁਝ ਪਰਹੇਜ਼ – ਆਹਾਰ, ਪਹਿਰਾਵੇ, ਵਿਹਾਰ ਤੇ ਚਾਲ-ਚਲਨ ਦੇ – ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੂਫ਼ੀ ਲੋਕ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਰਹੇਜ਼-ਜਲਾਲੀ ਤੇ ਪਰਹੇਜ਼-ਜਮਾਲੀ ਦੇ ਨਾਮ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਤਮਾਕੂ, ਸ਼ਰਾਬ ਤੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ਾਵਰ ਵਸਤੂਆਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ, ਸ਼ੁੱਧ ਤੇ ਪਵਿੱਤਰ ਆਹਾਰ ਕਰਨਾ, ਸ਼ੁੱਭ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਧਾਰਨਾ ਤੇ ਨੇਕ-ਚਲਨੀ ਕਮਾਉਣੀ ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ ਲਈ ਬੜੇ ਆਵੱਸ਼ਕ ਹਨ। ਕੁਕਰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਾ ਭਜਨ, ਨਾਲ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਜ਼ਾਇਆ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਾਪ ਦਾ ਉਦੇਸ਼

ਜਾਪ ਕਿਸੇ ਦੈਵੀ ਨਾਮ ਨੂੰ ਸਹਿਜ ਨਾਲ ਬਾਰ ਬਾਰ ਉਚਾਰਨ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਧਿਆਨ ਇਸ ਦੀ ਧਰਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਹਉਮੈ ਉੱਠ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਮਨ ਟਿਕਾਉ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਨਾਮ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕੇਵਲ ਬਾਰ ਬਾਰ ਦੇ ਬੋਲ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ, ਉਦੋਂ ਤਾਂ ਸਾਧਕ ਅੰਦਰ-ਬਾਹਰ ਵਿਚਰਦੇ ਦੀ ਅਨੰਤਤਾ[10] ਵਿਚ ਤਾਰੀਆਂ ਲਾਉਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਪੁਰਾਤਨ ਸ਼ਾਸਤ੍ਰਾਂ ਵਿਚ ਅਨੇਕਾਂ ਜਾਪ ਮਨੋ-ਕਾਮਨਾਵਾਂ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਲਈ ਸੁਝਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਐਸੇ ਮੰਤ੍ਰਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਵਿਧੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੰਪਟ, ਅਨੁਲੋਮ, ਵਿਲੋਮ ਆਦਿ ਨਾਲ ਜਪੇ ਜਾਣ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਹਨ। ਪਰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ।

ਭਾਵੇਂ ਜਪਣ ਤੋਂ ਭਾਵ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੇਭਾ ਨਾਲ ਬਾਰ ਬਾਰ ਆਖਣਾ ਹੀ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਅਸਲ ਸਿਮਰਨ ਕੇਵਲ ਬੋਲਾਂ ਦਾ ਨਹੀਂ, ਅਨੁਭਵ ਦਾ ਅਥਵਾ ਮਨ ਵੱਸਣ ਦਾ ਜਾਪ ਹੈ:

ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭੁ ਕੋ ਕਹੈ ਕਹਿਐ ਰਾਮੁ ਨ ਹੋਇ॥
ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਰਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸੈ ਤਾ ਫਲੁ ਪਾਵੈ ਕੋਇ॥

(ਗੂਜਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 491)

ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਬਖ਼ਸ਼ਸ਼ ਨਾਲ ਜਦੋਂ ਅਨੁਭਵ ਜਾਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਰਸਨਾ ਸੁਤੇ-ਸਿੱਧ 'ਤੂਹੀ,

10. ਸੋ ਅੰਤਰਿ ਸੋ ਬਾਹਰਿ ਅਨੰਤ॥
ਘਟਿ ਘਟਿ ਬਿਆਪਿ ਰਹਿਆ ਭਗਵੰਤ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 293)*

ਤੂਹੀ' ਅਲਾਪਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਐਸਾ ਜਾਪ ਕੋਈ ਇਕ-ਚਿੱਤ ਹੋਈ ਆਤਮਾ ਹੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਕ ਛਿਨ ਲਈ ਵੀ ਕੋਈ ਐਸਾ ਜਾਪ ਕਰ ਸਕੇ ਤਾਂ ਉਹ ਕਾਲ ਫਾਸ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[11] ਐਸੇ ਜਾਪ ਦੀ ਵਿਧੀ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਫਲ ਬਾਰੇ ਦਸਮ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਇਉਂ ਫ਼ੁਰਮਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ :

ਆਤਮ ਉਪਦੇਸ਼ ਭੇਸੁ ਸੰਜਮ ਕੋ ਜਾਪੁ ਸੁ ਅਜਪਾ ਜਾਪੇ॥
ਸਦਾ ਰਹੈ ਕੰਚਨ ਸੀ ਕਾਯਾ ਕਾਲ ਨ ਕਬਹੂੰ ਬਜਾਪੇ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਪਾ: ੧੦)

ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੇ ਵੀ ਐਸਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ, ਜਮਰਾਜ ਨੇ ਉਸ ਦੀ ਗ਼ੁਲਾਮੀ ਕਬੂਲ ਕਰ ਲਈ।[12]

ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਪੱਖੋਂ 'ਜਾਪ' ਦਾ ਸੰਬੰਧ 'ਜਾਪਣ' ਨਾਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਮਾਂ ਦਾ ਪੁੱਤਰ ਵਾਂਢੇ ਚਲਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਘੜੀ-ਮੁੜੀ ਉਸ ਨੂੰ ਇਉਂ 'ਜਾਪਦਾ' ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਉਥੇ ਹੀ ਆਸ-ਪਾਸ ਕਿਤੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਸੋ ਜਾਪ ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ - ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪਾਸ ਮੌਜੂਦ ਜਾਪੇ, ਭਾਵ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰ ਲੱਗੇ :

ਜਿਉ ਮਾਤਾ ਬਾਲਿ ਲਪਟਾਵੈ॥
ਤਿਉ ਗਿਆਨੀ ਨਾਮੁ ਕਮਾਵੈ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 629)*

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਵੀ ਜਦ ਆਪਣੇ ਅੰਗ-ਸੰਗ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਹੀ ਅਸਲ ਜਾਪ ਅਥਵਾ ਮਨ ਦਾ ਜਾਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪੱਧਰ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੀ ਅਸਲ ਜਪੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਜਦ ਸਿੱਖ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਤੇ ਸਿੱਖ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਸ਼ਬਦ ਤੇ ਸੁਰਤਿ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ,[13] ਜਪ-ਅਭਿਆਸੀ ਉਹ ਹਨ ਜੋ ਸੁਰਤਿ ਦੁਆਰਾ ਲਗਾਤਾਰ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਧੁਨਿ ਵਿਚ ਜੁੜੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਦਾਤ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਆਪ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਤੇ ਫਿਰ ਸਾਰੇ ਜਗਤ ਵਿਚ ਵੰਡੀ। ਜਦ ਉਹ ਵੇਈਂ ਨਦੀ ਵਿੱਚੋਂ ਸੱਚਖੰਡ ਚਲੇ ਗਏ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਰਗਾਹੋਂ ਨਾਮ ਦਾ ਪਿਆਲਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ। ਨਾਲ ਹੀ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਵੱਲੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਦੇਸ਼ ਹੋਇਆ, "ਤੂੰ ਜਾਇ ਕਰ ਮੇਰਾ ਨਾਮ ਜਪਾਇ...ਮੈਂ ਤੇਰੇ ਤਾਈ ਨਾਉ ਦੀਆ ਹੈ। ਤੂੰ ਏਹਾ ਕਿਰਤਿ ਕਰੁ"।[14] ਇਉਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਪਾਸੋਂ ਨਾਮ ਲੈ ਕੇ ਆਏ ਤੇ ਆ ਕੇ ਇਹ ਆਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਕਿ :

---

11. ਏਕ ਚਿੱਤ ਜਿਹ ਇਕ ਛਿਨ ਧਿਆਇਓ॥
ਕਾਲ ਫਾਸ ਕੇ ਬੀਚ ਨ ਆਇਓ॥ *(ਅਕਾਲ ਉਸਤਤਿ)*
12. ਜਿਨਿ ਜਪੁ ਜਪਿਓ ਸਤਿਗੁਰ ਮਤਿ ਵਾ ਕੇ॥
ਜਮਕੰਕਰ ਕਾਲੁ ਸੇਵਕ ਪਗ ਤਾ ਕੇ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1042)*
13. ਸਬਦੁ ਗੁਰੂ ਸੁਰਤਿ ਧੁਨਿ ਚੇਲਾ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧ ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ, ਪੰਨਾ 943)*
14. ਸ਼ਮਸ਼ੇਰ ਸਿੰਘ ਅਸ਼ੋਕ (ਸੰਪਾ.), *ਪੁਰਾਤਨ ਜਨਮਸਾਖੀ*, ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, 1969, ਪੰਨਾ 35.

ਜਪਹੁ ਤ ਏਕੋ ਨਾਮਾ॥
ਅਵਰਿ ਨਿਰਾਫਲ ਕਾਮਾ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 728)*

ਜਿਹੜੇ ਸਿਦਕੀ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨਾਮ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਸੱਚ ਵਿਚ ਸਮਾਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਨਾਮੇ ਰਾਤੇ ਹਉਮੈ ਜਾਇ॥
ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਸਚਿ ਰਹੇ ਸਮਾਇ॥
ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਜੋਗ ਜੁਗਤਿ ਬੀਚਾਰੁ॥
ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਪਾਵਹਿ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 941)*

ਐਸੇ ਜਪੀਆਂ ਕਾਰਨ ਧਰਤੀ ਵੀ ਸੁਹਾਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਆਕਾਸ਼ ਵੀ।[15] ਐਸੇ ਜਪੀ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਮਰ ਮੁੱਕਦੇ ਹਨ, ਸੋ ਉਹ ਫੇਰ ਦੂਜੀ ਵਾਰ ਨਹੀਂ ਮਰਦੇ।[16] ਉਹ ਮੌਤ ਦੇ ਭੈਅ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਾਪ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਪ ਬਿਨਾਂ ਜੀਉਣਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੌਤ ਵਰਗਾ ਭਾਸਦਾ ਹੈ:

ਆਖਾ ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 349)*

ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸਦੀਵੀ ਥਿਰਤਾ ਵਿਚ ਟਿਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[17]

ਉਹ ਕੇਵਲ ਰਸਨਾ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜਪਦੇ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਰੋਮ ਰੋਮ ਅਥਵਾ ਸਮੁੱਚੀ ਹੋਂਦ ਜਾਪ ਕਰਦੀ ਹੈ:

ਗੁਰਮੁਖਿ ਰੋਮਿ ਰੋਮਿ ਹਰਿ ਧਿਆਵੈ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 941)*

ਜਿਥੇ ਬੈਠ ਕੇ ਉਹ ਜਾਪ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਥੋਂ ਦੀ ਧਰਤੀ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਜਾਪ ਕਰਨ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਆਕਾਸ਼ ਵੀ, ਚੰਨ-ਸੂਰਜ ਵੀ, ਪਉਣ-ਪਾਣੀ ਵੀ। ਸਾਰੀ ਸਿਰਜਨਾ, ਸਗਲੇ ਜੀਅ-ਜੰਤ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਦੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

ਜੋ ਬੋਲਤ ਹੈ ਮ੍ਰਿਗ ਮੀਨ ਪੰਖੇਰੂ ਸੁ ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਜਾਪਤ ਹੈ ਨਹੀ ਹੋਰ॥
(ਮਲਾਰ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1265)

ਨਾਮ ਤੇ ਪੰਚ ਸ਼ਬਦ

ਸੁਆਸ ਸੁਆਸ ਜਪਣ ਵਾਲੇ 'ਸੂਖਮਾਲੰਬਨ ਸਮਾਧੀ' ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰ, ਸਾਧਕ-ਸੰਤ ਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਗ਼ੈਬ ਦੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਸੁਣਾਈ ਦੇਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਅਤਿ ਸੁਹਾਵਣੀਆਂ ਤੇ ਅਤਿ ਮਨੋਹਰ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਉਂ ਵੀ ਜਾਪਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿਤੇ ਕੋਈ ਆਰਤੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੋਵੇ ਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਸਾਜ਼ ਇਕੱਠੇ ਵੱਜ

---

15. ਧਰਤਿ ਸੁਹਾਵੜੀ ਆਕਾਸੁ ਸੁਹੰਦਾ ਜਪੰਦਿਆ ਹਰਿ ਨਾਉ॥ *(ਵਾਰ ਸਾਰੰਗ, ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1247)*
16. ਸਬਦਿ ਮਰੈ ਸੋ ਮਰਿ ਰਹੈ ਫਿਰਿ ਮਰੈ ਨ ਦੂਜੀ ਵਾਰ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 58)*
17. ਆਇਆ ਮਰਣੁ ਧੁਰਾਹੁ ਹਉਮੈ ਰੋਈਐ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ ਅਸਥਿਰੁ ਹੋਈਐ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 369)*

ਰਹੇ ਹੋਵਣ।[18] ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਦਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ ਦੋ ਲਗਭਗ ਸਮ-ਸ੍ਰੋਤ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਪੰਜ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਹੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ 'ਪੰਚ' ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਆਖਦੇ ਹਨ।[19]

ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਦੇ ਅਮਲ ਦੇ ਅੰਤਰਗਤਿ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚਿੜੀਆਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਰਗੀ 'ਚੂੰ ਚੂੰ' ਸੁਣਾਈ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਪਹੁ-ਫੁਟਾਲੇ ਵਰਗੀ ਮੱਧਮ ਚਿੱਟੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਵੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਬਿਆਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

ਚਿੜੀ ਚੁਹਕੀ ਪਹੁ ਫੁਟੀ...॥ *(ਵਾਰ ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 319)*

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਕ ਹੋਰ ਆਵਾਜ਼ ਵੀ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਬਾਬੀਹੇ ਦੇ ਬੋਲ ਵਰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵੱਲ ਵੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਸ਼ਾਰਾ ਮੌਜੂਦ ਹੈ:

ਬਾਬੀਹਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੈ ਬੋਲਿਆ ਤਾਂ ਦਰਿ ਸੁਣੀ ਪੁਕਾਰ॥
(ਵਾਰ ਮਲਾਰ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1285)

ਪੰਚ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਹੀ ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।[20] ਇਹ ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਦਰਅਸਲ ਮਾਇਆ-ਯੁਕਤ ਬ੍ਰਹਮ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਹੈ। ਵਿਅਸ਼ਟੀ ਵਿਚ ਇਹ 'ਪ੍ਰਾਗ ਦਾ ਸ਼ਬਦ' ਹੈ ਤੇ ਸਮਸ਼ਟੀ ਵਿਚ ਇਹ 'ਈਸ਼ਵਰੀ ਸ਼ਬਦ' ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਸੁਖਮਾਲੰਬਨ ਸਮਾਧੀ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਨਾਲ ਹੈ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਸਾਮੀਪ ਮੁਕਤੀ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਨੂੰ ਚੌਥਾ ਪਦ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਜਾਗਣ, ਸੌਣ ਤੇ ਸੁਪਨ ਤੋਂ ਉਪਰ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ।

ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਅਰਦਾਸ

ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਅਰਦਾਸ ਦਾ ਬੜਾ ਅਟੁੱਟ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੈ। ਜਦ ਵੀ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵਿਘਨ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਅਰਦਾਸ ਦਾ ਪੱਲਾ ਪਕੜਨਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਔਖੇ ਸਮੇਂ ਅਰਦਾਸ ਤਾਂ ਅਸਲੋਂ ਸਿਮਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਪੱਕਤਾ ਦਾ ਤਰਲਾ ਬਣ ਨਿਬੜਦੀ ਹੈ। ਖ਼ਾਲਸਾ ਜੀ ਦੀ ਸੰਗਤੀ ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ ਜੋ ਮੰਗਾਂ-ਮੰਗੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ – "ਨਾਮ ਚਿੱਤ ਆਵੈ" – ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਮੰਗ ਹੈ। ਫਿਰ ਮੁੜ ਕੇ ਨਾਮ ਨੂੰ "ਦਾਨਾਂ ਸਿਰ ਦਾਨ" ਆਖ ਕੇ ਇਸ ਦੀ ਯਾਚਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ ਨਾਮ ਜਪਣ ਵਾਲੇ 'ਜਪੀਆਂ' ਨੂੰ ਵੀ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਧਿਆਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਅੰਦਰ ਇਹ ਬੇਨਤੀ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ "ਸੱਚੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹ! ਸੋਈ ਪਿਆਰੇ ਮੇਲੀਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਿਲਿਆਂ ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਚਿੱਤ ਆਵੈ।" ਅਰਦਾਸ ਦੀ ਅੰਤਲੀ ਤੁਕ ਵਿਚ 'ਨਾਮ'

---

18. ਕੈਸੀ ਆਰਤੀ ਹੋਇ ਭਵ ਖੰਡਨਾ ਤੇਰੀ ਆਰਤੀ॥
ਅਨਹਤਾ ਸਬਦ ਵਾਜੰਤ ਭੇਰੀ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 663)*
19. ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਹ ਪੂਰਨ ਨਾਦ॥ ਅਨਹਦ ਬਾਜੇ ਅਚਰਜ ਬਿਸਮਾਦ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 888)*
20. ਪੰਚ ਸਬਦ ਧੁਨਿ ਅਨਹਦ ਵਾਜੇ...॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 764)*

ਰਾਹੀਂ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਲਈ ਯਾਚਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਸੰਗਤੀ ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ ਬਾਰ ਬਾਰ ਨਾਮ ਲਈ ਤਰਲਾ ਲੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

"ਸਰਬੱਤ ਖ਼ਾਲਸਾ ਜੀ ਕੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ! ਵਾਹਿਗੁਰੂ!! ਵਾਹਿਗੁਰੂ!!! ਨਾਮ ਚਿੱਤ ਆਵੈ" ਵਾਲੀ ਪੰਕਤੀ ਵਿਚ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਵਰਦਾਨ ਦੀ ਕੇਵਲ ਯਾਚਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਤਿੰਨ ਵੇਰਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅਖਵਾ ਕੇ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਵੀ ਵਿਚੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਐਸਾ ਅਭਿਆਸ ਕੇਵਲ ਇਸੇ ਪੰਕਤੀ ਤਕ ਹੀ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ, ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ ਵਾਰ ਵਾਰ 'ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਆਖ ਕੇ ਸਾਰੀ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਇਸ ਅਭਿਆਸ ਵਿਚ ਜੁੜਨ ਦਾ ਨਿੱਤ ਨਵਾਂ ਨਿਮੰਤ੍ਰਣ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

'ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਨਾਲ 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਅਖਵਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰਥਾ ਕੇਵਲ ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਜਨਮਸਾਖੀਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਸਾਖੀ ਦੇ ਸੰਪੂਰਨ ਹੋਣ 'ਤੇ 'ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਲਿਖਿਆ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਛੁੱਟ ਕਥਾਕਾਰੀ ਦੀ ਪ੍ਰਥਾ ਅਨੁਸਾਰ ਵੀ ਕਥਾਕਾਰ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਵਾਰ ਵਾਰ 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਅਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ – ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਜਿਥੇ ਜਜ਼ਬਾ ਮਨਾਂ ਨੂੰ ਪੰਘਾਰਦਾ ਹੈ। 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਬੁਲਵਾ ਕੇ ਕਥਾਕਾਰ ਦ੍ਰਵੇ ਹੋਏ ਮਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਮਰਨ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਥਾ ਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਅੰਗ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ:

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਕੇ ਮੰਤ੍ਰ ਬਿਨ, ਮਿਥਿਆ ਸਾਰੀ ਗਾਥ।

(ਰਹਿਤਨਾਮਾ ਭਾਈ ਪ੍ਰਹਿਲਾਦ ਸਿੰਘ)

ਜਦ ਵੀ ਸੰਗਤ ਇਕ ਆਵਾਜ਼ ਹੋ ਕੇ 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਬੋਲਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਮੂਹਿਕ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਮਧੁਰ ਗੂੰਜ ਉੱਠਦੀ ਹੈ। ਜਿਤਨੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਉੱਠਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਤਨੀਆਂ ਹੀ ਕੰਨੀਂ ਵੀ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੋ ਉਤਨਾ ਹੀ ਵੱਧ ਮਹਾਤਮ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ ਖੜੋਤੇ ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦਾ ਧਰਮ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ 'ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਦਾ ਹੁੰਗਾਰਾ 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਬੋਲ ਕੇ ਦੇਵੇ। ਜਿਸ ਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਬੋਲਣ ਤੋਂ ਸੰਗ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀ ਕਰਨੀ ਹੈ?

ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਗੁਰ-ਮੰਤ੍ਰ

ਸਾਡਾ ਗੁਰ-ਮੰਤ੍ਰ 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਸ਼ਬਦ ਹੈ।[21] 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਪਦ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ – "ਹੇ ਅਗਿਆਨ ਦੇ ਹਨੇਰੇ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਤੂੰ ਬੇਅੰਤ ਹੈਂ।" ਇਸੇ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਭਵਸਾਗਰ ਦੇ ਪਾਰ ਉਤਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਵੇਰਾਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਤੇ ਭਾਈ ਮਰਦਾਨੇ ਨੇ ਇਕ ਨਦੀ ਪਾਰ ਕਰਨੀ ਸੀ। ਬਾਬੇ ਨੇ ਭਾਈ ਮਰਦਾਨੇ ਨੂੰ ਕਿਹਾ, "ਮਰਦਾਨਿਆ! ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਕਰਦਾ ਰਹੀਂ, ਇਉਂ ਨਦੀ ਪਾਰ ਕਰ ਲਏਂਗਾ।" ਗੱਲ ਕੇਵਲ ਉਸ ਨਦੀ ਦੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਵਿਚਾਰਵਾਨ ਜਾਣਦੇ ਹਨ, ਗੱਲ ਭਵਸਾਗਰ ਦੀ ਹੈ, ਨਦੀ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਰੂਪਕ ਮਾਤ੍ਰ ਹੈ। ਜੋ ਆਦੇਸ਼ ਭਾਈ ਮਰਦਾਨੇ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ, ਦਰਅਸਲ ਉਸ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

---

21. ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ ਹੈ ਜਪਿ ਹਉਮੈ ਖੋਈ॥ *(ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ, ਵਾਰ 13, ਪਉੜੀ 2)*

ਇਹ ਗੁਰ-ਮੰਤ੍ਰ ਪਹਿਲੀਆਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀਆਂ ਵੇਲੇ ਗੁਪਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ - ਕੇਵਲ ਮੌਖਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੀ ਅਭਿਆਗਤ ਦੇ ਕੰਨ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਦਸਵੇਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਨੇ ਜਦ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਛਕਾ ਕੇ ਖ਼ਾਲਸੇ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਸਿੱਧਾ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨਾਲ ਜੋੜ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਕਈ ਵਾਰ 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਹਿ' ਬੁਲਵਾ ਕੇ ਇਸ ਗੁਰ-ਮੰਤ੍ਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰ ਜਾਣ ਕੇ ਇਹ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੀ ਮੈਲ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਰੰਗਤ ਚੜ੍ਹਦੀ ਹੈ, ਸੁਰਤਿ ਸਰੀਰ 'ਚੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਨਾਮ ਵਿਚ ਲਿਵਲੀਨਤਾ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਹਰ ਰੂਪ, ਹਰ ਰੰਗ ਵਿਚ ਪਿਆਰਾ ਹੀ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ, ਹਰ ਜੀਅ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਜੋਤਿ ਦਿੱਸਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸਾਰੇ ਪਸਾਰੇ ਵਿਚ ਆਤਮ-ਪਸਾਰਾ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ ਦਿੱਸ ਆਉਂਦਾ:

ਬ੍ਰਹਮੁ ਦੀਸੈ ਬ੍ਰਹਮੁ ਸੁਣੀਐ ਏਕੁ ਏਕੁ ਵਖਾਣੀਐ॥
ਆਤਮ ਪਸਾਰਾ ਕਰਣਹਾਰਾ ਪ੍ਰਭ ਬਿਨਾ ਨਹੀ ਜਾਣੀਐ॥
ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪਿ ਭੁਗਤਾ ਆਪਿ ਕਾਰਣੁ ਕੀਆ॥
ਬਿਨਵੰਤਿ ਨਾਨਕ ਸੇਈ ਜਾਣਹਿ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪੀਆ॥

(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 846)

'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਜਪਣ ਨਾਲ ਹਉਮੈ ਦਾ ਨਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਦਿ ਪੁਰਖ ਦੀ ਨੇੜਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਸਤਿ ਸਾਚੁ ਸ੍ਰੀ ਨਿਵਾਸੁ ਆਦਿ ਪੁਰਖੁ ਸਦਾ ਤੁਹੀ
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿ ਜੀਉ॥

(ਸਵਈਏ ਮਹਲੇ ਚਉਥੇ ਕੇ ੪, ਗਯੰਦ, ਪੰਨਾ 1402)

'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਪਦ ਵਿਸਮਾਦ ਦਾ ਸੂਚਕ ਹੈ, ਉਮਾਹ ਦਾ ਸੂਚਕ ਹੈ, ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਦਾ ਸੂਚਕ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨਾਲ ਤੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨਾਲ ਗੰਢਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਵਡਿਆਈ ਵੀ। ਇਸ ਪਦ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ ਕਰਤਾਰ ਵੱਸ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ:

ਗੁਰਿ ਅਮਰਦਾਸਿ ਕਰਤਾਰੁ ਕੀਅਉ ਵਸਿ ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਕਰਿ ਧ੍ਯਾਇਯਉ॥

(ਸਵਈਏ ਮਹਲੇ ਚਉਥੇ ਕੇ ੪, ਪੰਨਾ 1405)

ਪਰ, ਇਹ ਸਿਮਰਨ ਧੁਰੋਂ ਕਰਮ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਵਿਰਲੇ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਨੂੰ ਨਸੀਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[22]

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਚਿੱਤ ਆਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਇਹ ਵਰਦਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ "ਚਿਤ ਆਵਨ ਦਾ ਸਦਕਾ ਸਰਬ ਸੁਖ ਹੋਵੇ"। 'ਸਰਬ ਸੁਖ' ਉਹ ਸਦੀਵੀ ਸੁਖ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਸੁਖ ਸਮਾਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਐਸਾ ਸਰਬ ਸੁਖ ਕੇਵਲ ਸਿਮਰਨ ਤੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

---

22. ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਗੁਰਮੁਖ ਸਦਾ ਕਰਹਿ ਮਨਮੁਖ ਮਰਹਿ ਬਿਖੁ ਖਾਇ॥ *(ਵਾਰ ਗੂਜਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 515)*

ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ ਬਹੁਤੈ ਧਨਿ ਖਾਟੇ ॥
ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ ਪੇਖੇ ਨਿਰਤਿ ਨਾਟੇ ॥
ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ ਬਹੁ ਦੇਸ ਕਮਾਏ ॥
ਸਰਬ ਸੁਖਾ ਹਰਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਏ ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1147)*

ਜਦੋਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਾਡੇ ਆਤਮੇ ਵਿਚ ਆਣ ਵੱਸਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅੰਗ-ਸੰਗ ਹੋ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਰੋਗਾਂ, ਸੋਗਾਂ, ਚਿੰਤਾਵਾਂ, ਝੋਰਿਆਂ, ਦੁੱਖਾਂ, ਸੰਕਟਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਦਰਅਸਲ ਸਿਮਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿਚ ਇਤਨੀ ਆਤਮਿਕ ਸ਼ਕਤੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ:

ਸਗਲੇ ਦੂਖ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਕਰਿ ਪੀਵੈ ਬਾਹੁੜਿ ਦੂਖੁ ਨ ਪਾਇਦਾ ॥
(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1034)

ਸਿਮਰਨ ਹੀ ਸਰਬ ਦੁੱਖਾਂ ਦੀ ਖਾਣ 'ਹਉਮੈ' ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਦਿਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਸਰਮ ਖੰਡ

ਸਰਮ ਖੰਡ ਬਾਰੇ ਜਪੁ ਜੀ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਛੇ ਪੰਕਤੀਆਂ ਹੀ ਲਿਖੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ:

ਸਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਰੂਪੁ ॥
ਤਿਥੈ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਐ ਬਹੁਤੁ ਅਨੂਪੁ ॥
ਤਾ ਕੀਆ ਗਲਾ ਕਥੀਆ ਨਾ ਜਾਹਿ ॥
ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ ॥
ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਮਨਿ ਬੁਧਿ ॥
ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਾ ਸਿਧਾ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥੩੬॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 8)*

ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਦੋ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਇਤਨਾ ਹੀ ਕਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ:

ਤਾ ਕੀਆ ਗਲਾ ਕਥੀਆ ਨਾ ਜਾਹਿ ॥
ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ ॥

ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਡੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਇਕ ਇਹ ਹੈ ਕਿ 'ਸਰਮ' ਪਦ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਵਿਚ ਸਹਿਮਤੀ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਕੁਝ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਸਰਮ ਪਦ ਦੀ ਸ੍ਰੋਤ ਫ਼ਾਰਸੀ ਸ਼ਬਦ 'ਸ਼ਰਮ' ਨੂੰ ਮੰਨ ਕੇ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ 'ਲੱਜਾ' ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਪਰ ਕੁਝ ਹੋਰਾਂ ਨੇ ਇਸ ਦਾ ਸ੍ਰੋਤ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਪਦ 'ਸ਼੍ਰਮ' ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤਾ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ 'ਘਾਲਣਾ' ਕੀਤਾ ਹੈ। ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਦੀ ਇਕ ਤੀਜੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਨੇ ਇਸ ਦਾ ਸ੍ਰੋਤ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ ਇਕ ਹੋਰ ਪਦ 'ਸ਼੍ਰਮਣ' ਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਸ੍ਰੋਤ ਅਪਨਾ ਕੇ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ 'ਅਨੰਦ' ਕੀਤਾ ਹੈ।[23]

23. ਇਕ ਹੋਰ ਔਕੜ ਇਹ ਵੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ "ਤਿਥੈ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਐ ਬਹੁਤੁ ਅਨੂਪੁ" ਤਾਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿ ਸੁਰਤਿ, ਮਤਿ, ਮਨਿ, ਬੁਧਿ ਤੇ ਸੁਧਿ ਸਭ ਘੜੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਇਹ ਵੇਰਵਾ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ ਕਿ ਸੁਧਿ ਦੇਵਤਿਆਂ ਤੇ ਸਿੱਧਾਂ ਵਾਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਸੁਰਤਿ, ਮਤਿ, ਮਨਿ ਤੇ ਬੁਧਿ ਬਾਰੇ ਅਜਿਹਾ ਕੋਈ ਵੀ ਵੇਰਵਾ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਕ ਔਕੜ ☛

ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਵਿਚ ਕੁਦਰਤ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਕਾਦਰ ਦੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਦਾ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਕਿਸੇ ਵਰੋਸਾਈ ਰੂਹ ਨੂੰ ਦੂਰੋਂ ਦੈਵੀ ਦੀਦਾਰ ਅਥਵਾ ਮੱਧਮ ਜਿਹੀ ਤਜੱਲੀ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਸਾਪੇਖ ਮੁਕਤੀ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਮੱਧਮ ਇਸ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਧਕ ਅਜੇ ਤੀਬਰ ਤਜੱਲੀ ਸਹਿਣ ਜੋਗਾ ਹੋਇਆ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਤੀਬਰ ਤਜੱਲੀ ਜਰਨ ਲਈ ਅਜੇ ਤੀਬਰ ਘਾਲਣਾ ਦਰਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਰਮ ਖੰਡ ਐਸੀ ਤੀਬਰ ਘਾਲਣਾ ਦਾ ਖੰਡ ਹੈ।

-2-

ਇਸ ਤੀਬਰ ਘਾਲਣਾ ਨਾਲ ਸਮੁੱਚੇ ਅੰਤਹਕਰਣ – ਸੁਰਤਿ, ਮਤਿ, ਮਨਿ, ਬੁਧਿ ਤੇ ਸੁਧਿ – ਦੀ ਅਨੂਪਮ ਘਾੜਤ ਘੜੀਦੀ ਹੈ।

ਸੁਧਿ

ਇਸ ਦੀ ਘਾੜਤ ਬਾਰੇ ਤਾਂ ਸਰਮ ਖੰਡ ਦੀ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਬਸ ਇਤਨਾ ਕੁ ਸੰਕੇਤ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਦੇਵਤਿਆਂ ਤੇ ਸਿੱਧਾਂ ਵਾਲੀ ਸੁਰਤਿ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਾ ਸਿਧਾ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥

ਜਪੁ ਜੀ ਦੀ 13ਵੀਂ ਪਉੜੀ ਵਿਚ – ਜਿਸ ਵਿਚ ਸੁਰਤਿ, ਮਤਿ, ਮਨਿ, ਬੁਧਿ ਤੇ ਸੁਧਿ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਹੈ – ਉਥੇ ਵੀ ਕੇਵਲ ਸੁਧਿ ਬਾਰੇ ਹੀ ਕੁਝ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਹੈ:

ਮੰਨੈ ਸਗਲ ਭਵਣ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 3)*

ਇਉਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਥੇ ਜਪੁ ਜੀ ਦੀ 'ਮੰਨੈ' ਵਾਲੀ 13ਵੀਂ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਸੁਰਤਿ ਦਾ ਪਰਿਮਾਣਵਾਚਕ (quantitative) ਸੁਭਾਉ ਅਥਵਾ 'ਸਗਲ ਭਵਨਾਂ ਦੀ ਸੋਝੀ' ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਥੇ ਸਰਮ ਖੰਡ ਵਾਲੀ 36ਵੀਂ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਉਸ ਦਾ ਗੁਣਵਾਚਕ (qualitative) ਸੁਭਾਉ ਅਥਵਾ 'ਸੁਰਾਂ ਸਿਧਾਂ ਦੀ ਸੋਝੀ' ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਜੇ ਦੋਹਾਂ ਪੱਖਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਿਆਂ ਲਈਏ ਤਾਂ ਭਾਵ ਇਹ ਨਿਕਲੇਗਾ ਕਿ ਸਰਮ ਖੰਡ ਦੀ ਘਾਲਣਾ ਨਾਲ ਜੋ ਘੜੀ ਹੋਈ ਸੁਧਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਨਿਰਮਲ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਸੋਝੀ ਵਾਲੀ ਵੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਹ

☛ ਵਿਚਾਰਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਆਈ ਹੈ ਕਿ ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਤੇ ਬੁਧਿ ਵਿਚ ਲੱਗੀ ਸਿਹਾਰੀ ਦੀ ਸਮਝ ਤਾਂ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਕਿਉਂਕਿ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਵਿਚ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ), ਪਰ ਮਨਿ ਵਿਚ ਲੱਗੀ ਸਿਹਾਰੀ ਦੀ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਕੁਝ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ 'ਮਨਿ' ਨੂੰ 'ਮਨੀਸ਼ਾ' ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਰੂਪ ਮੰਨ ਕੇ ਇਸ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਕਿਥੋਂ ਤਕ ਸਹੀ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਰਬ-ਸੰਮਤੀ ਤਾਂ ਛੱਡੋ, ਬਹੁ-ਸੰਮਤੀ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ। ਇਤਨੀਆਂ ਕਠਿਨਾਈਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇਸ ਖੰਡ ਬਾਰੇ ਪੂਰੇ ਯਕੀਨ ਨਾਲ ਕੁਝ ਕਹਿਣ ਤੋਂ ਸੰਕੋਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਲਨਾਤਮਕ ਅਧਿਐਨ ਰਾਹੀਂ ਇਸ ਦੇ ਅਰਥ ਵਿਚਾਰਨ ਵਿਚ ਕੁਝ ਮਦਦ ਜ਼ਰੂਰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਸੰਕੇਤ ਵੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ 'ਪ੍ਰਗਟ ਪ੍ਰਗਾਸ ਗਿਆਨ ਵਾਲੀ ਸੁਧਿ' ਜੋ ਸਤਿਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਹੀ ਨਸੀਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ[24]:

ਪ੍ਰਗਟ ਪ੍ਰਗਾਸ ਗਿਆਨ ਗੁਰ ਗੰਮਿਤ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਸੁਧਿ ਪਾਈ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 969)

ਸੁਰਤਿ

ਸੁਰਤਿ ਦੀ ਅਨੂਪਮ ਘਾੜਤ ਬਾਰੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸੁਰਤਿ ਨਾਲ 'ਸੋਭਾ' ਪਦ ਬੜੀ ਵਾਰ ਜੋੜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ:

ਸੋਭਾ ਸੁਰਤਿ ਸੁਹਾਵਣੀ ਸਾਚੈ ਪ੍ਰੇਮਿ ਅਪਾਰ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 54)*

ਇਸ 'ਸੁਹਾਵੀ ਸੋਭਨੀਕ ਸੁਰਤਿ' ਦੀ ਜਿਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਘਾੜਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਸੇ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ 'ਸਮੀਪ ਦਰਸ਼ਨ' ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਜਦ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਵਿਚ ਦੂਰ ਤੋਂ 'ਸਾਖੇਪ ਦਰਸ਼ਨ' ਹੋਏ ਸਨ)। ਸਾਧਕ ਦੀ ਸੁਰਤਿ ਵਿਚ ਇਹ ਸੋਭਾ ਉਸ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਮੀਪਤਾ ਸਦਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਸੋਭਾ ਬਾਰੇ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਫ਼ੁਰਮਾਂਦੇ ਹਨ:

ਮੇਰੇ ਲਾਲਨ ਕੀ ਸੋਭਾ॥
ਸਦ ਨਵਤਨ ਮਨ ਰੰਗੀ ਸੋਭਾ॥ *(ਕਲਿਆਣ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1322)*

ਸੰਭਵਤਾ, ਸਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਸੁਰਤਿ ਦੀ ਅਨੂਪਮ ਘਾੜਤ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ।

ਮਤਿ

ਸਾਧਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਮਤਿ *'ਮਨ ਕੀ ਮਤਿ'* ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਮਨ ਅਥਵਾ ਹਉਮੈ ਦੇ ਆਖੇ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤੇ ਹਉਲੇ ਬੋਲ ਬੋਲਦੀ ਹੈ।[25] ਪਰ ਜਦ ਉਹ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਕਰਣੀ (ਘਾਲਨਾ) ਵਿਚ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਮਤਿ ਘੜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ 'ਗੁਰਮਤਿ' ਜਾਂ 'ਪੂਰੀ ਮਤਿ' ਅਖਵਾਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ:

ਜਹ ਕਰਣੀ ਤਹ ਪੂਰੀ ਮਤਿ॥
ਕਰਣੀ ਬਾਝਹੁ ਘਟੇ ਘਟਿ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 25)*

ਇਸ ਵਿਗਾਸ ਰਾਹੀਂ ਸਹਿਜ ਉਪਜਦਾ ਹੈ, ਮਤਿ ਗਿਆਨਵਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਗੁਰ-ਕਿਰਪਾ ਦੁਆਰਾ ਲਿਵਲੀਨ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ:

ਉਪਜੈ ਸਹਜੁ ਗਿਆਨ ਮਤਿ ਜਾਗੈ॥
ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਅੰਤਰਿ ਲਿਵ ਲਾਗੈ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਕਬੀਰ, ਪੰਨਾ 92)*

---

24. 'ਸੋਭਾ' ਤੇ 'ਸੁਰਤਿ' ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਹੋਰ ਵੀ ਬੜੀ ਥਾਈਂ ਇਕੱਠੇ ਆਏ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ:
(ੳ) ਸੋਭਾ ਸੁਰਤਿ ਸੁਹਾਵਣੀ ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਸੇਤੀ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 139)*
(ਅ) ਨਾਨਕ ਸੋਭਾ ਸੁਰਤਿ ਦੇਇ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪੇ ਗੁਰਮੁਖਿ ਦੇ ਵਡਿਆਈ॥
(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 65)

25. ਮਨ ਮਤਿ ਹਉਲੀ ਬੋਲੇ ਬੋਲੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 151)*

ਮਨਿ

ਸਾਧਾਰਨ ਮਨ ਬੜਾ ਖੁਟਹਰ ਤੇ ਆਪ-ਹੁਦਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਹਉਮੈ ਦੇ ਆਖੇ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਦ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਘਾਲਨਾ ਵਿਚ ਜੁੜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ: 'ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਨਿ ਵਸੈ ਹਉਮੈ ਦੂਰਿ ਕਰੇਇ'[26] ਵਾਲੀ ਅਵਸਥਾ ਘਟਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਅੰਦਰ ਨਾਮ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਉਥੇ ਰਹਿ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ:

ਹਉਮੈ ਨਾਵੈ ਨਾਲਿ ਵਿਰੋਧੁ ਹੈ ਦੁਇ ਨ ਵਸਹਿ ਇਕ ਠਾਇ ॥

(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 560)

ਤੇ ਜਦ ਨਾਮ ਮਨ ਵਿਚ ਆਣ ਵੱਸਦਾ ਹੈ ਤਾਂ:

ਨਾਮੁ ਪਦਾਰਥੁ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਨਾਨਕ ਸਹਜਿ ਸਮਾਇ ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 34)

ਜਾਪਦਾ ਹੈ, ਮਨ ਦੀ ਘਾੜਤ ਇਉਂ ਘੜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਬੁਧਿ

ਸਾਧਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ, ਤੌਖ਼ਲਿਆਂ ਆਦਿ ਦੇ ਦੁੱਖਾਂ ਨਾਲ ਗ੍ਰਸੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬਾਲ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਹਰ ਬੰਦੇ ਦੀ ਬੁਧਿ ਵਿਚ ਮਾਸੂਮੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਲਈ ਸੁਖ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕਦੇ ਇਹ ਮਾਸੂਮੀ ਪਰਤ ਆਵੇ ਤਾਂ ਸੁਖ ਵੀ ਪਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ:

ਪਾਇਓ ਬਾਲ ਬੁਧਿ ਸੁਖੁ ਰੇ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮਾਲਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 214)*

ਜਾਂ ਫਿਰ ਬੁਧਿ ਤਾਂ ਸੁਖਦਾਇਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੇ ਵਿਗਾਸ ਕਰ ਕੇ ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤੇ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਸੱਚ ਤੇ ਅਸੱਚ, ਸਹੀ ਤੇ ਗ਼ਲਤ, ਜਾਇਜ਼ ਤੇ ਨਾਜਾਇਜ਼ ਵਿਚ ਫ਼ਰਕ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ:

ਸਚੋ ਸਚੁ ਵਖਾਣੀਐ ਸਚੋ ਬੁਧਿ ਬਿਬੇਕ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 52)*

ਜਿਸ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭੂ ਐਸੀ ਸੋਝੀ ਦੇ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਬੁਧਿ ਦੇ ਕਿਲਵਿਖ ਸਭ ਧੋਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹ ਪੂਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਿਰਮਾਇਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

ਜਿਸਹਿ ਬੁਝਾਏ ਨਾਨਕਾ ਤਿਹ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਿਰਮਲ ਬੁਧਿ ॥

(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 252)

ਬੁਧਿ ਦੀ ਘਾੜਤ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਘੜੀਂਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਉਂ ਜਦ ਸੁਰਤਿ, ਮਤਿ, ਮਨਿ, ਬੁਧਿ ਅਤੇ ਸੁਧਿ ਦੀ ਘਾੜਤ ਸਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਘੜੀਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ:

ਸੁਧਿ ਬੁਧਿ ਸੁਰਤਿ ਨਾਮਿ ਹਰਿ ਪਾਈਐ ਸਤਸੰਗਤਿ ਗੁਰ ਪਿਆਰ ॥

(ਮਲਾਰ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1256)

---

26. ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 30.

ਹਉਮੈ ਜਾਈ ਤਾ ਕੰਤ ਸਮਾਈ

ਜਦ ਤਕ ਭਰਮ ਰੂਪ ਹਉਮੈ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਸੱਚ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਨਾਮ ਵਿਚ ਲੱਗਿਆਂ ਹਉਮੈ ਉੱਠ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਸੱਚ ਪ੍ਰਤੱਖ ਹੋ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।[1] ਨਾਲ ਨਾਲ ਹੋਰ ਵੀ ਅਨੇਕਾਂ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

ਨਾਇ ਮੰਨਿਐ ਦੁਰਮਤਿ ਗਈ ਮਤਿ ਪਰਗਟੀ ਆਇਆ ॥
ਨਾਉ ਮੰਨਿਐ ਹਉਮੈ ਗਈ ਸਭਿ ਰੋਗ ਗਵਾਇਆ ॥
ਨਾਇ ਮੰਨਿਐ ਨਾਮੁ ਊਪਜੈ ਸਹਜੇ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥
ਨਾਇ ਮੰਨਿਐ ਸਾਂਤਿ ਊਪਜੈ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 1242)

ਨਾਮ ਦੇ ਉਪਕਾਰ ਕਰਕੇ ਜਦ ਇਕ ਹਉਮੈ ਮਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਨਾਲ ਪੰਜੇ ਵਿਕਾਰ ਪਛਤਾਵੇ ਵਿਚ ਰੋਂਦੇ ਹਨ। ਜਦ ਤਕ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸੀ ਆਈ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਬੇਪੱਤ ਹੋਇਆ ਫਿਰਦਾ ਸੀ। ਜਦ ਸੋਝੀ ਪੈ ਗਈ ਤਾਂ ਸਹਿਜ ਦੇ ਘਰ ਵਿਚ ਉਸ ਨੂੰ ਵਾਸਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[2] ਹਉਮੈ ਕਰਕੇ ਹੀ ਸਾਰਾ ਦੁਖ ਸੀ, ਜਦ ਹਉਮੈ ਨਿਬੜ ਜਾਏ ਤਾਂ ਸਦ-ਅਨੰਦ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਰਤ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[3] ਜਦ ਹਉਮੈ ਦੀ ਮਤਿ, ਅਹੰਬੁਧਿ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਜਾਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਬਖ਼ਸ਼ਿੰਦ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਨੂੰ ਅੰਗੀਕਾਰ ਕਰ, ਕੰਠ ਲਗਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਐਸੇ ਪਿਆਰੇ ਦੀ ਫਿਰ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਬੜੀ ਸੋਭਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।[4] ਤਦ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦਾ ਦੁਖ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਹਿਜ-ਸੁਖ-ਅਨੰਦ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।[5]

ਫਿਰ ਅਗਿਆਨਤਾ ਦੀ ਨੀਂਦ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਹਉਮੈ ਥੱਕ ਕੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਹੀ ਗ਼ਰਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸੱਚੀ ਸੁਮਤਿ ਉਤਪੰਨ ਹੋ ਖਲੋਂਦੀ ਹੈ।[6]

---

1. ਹਉ ਹਉ ਕਰਤ ਨਹੀ ਸਚੁ ਪਾਈਐ ॥ ਹਉਮੈ ਜਾਇ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਈਐ ॥
(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 226)
2. ਏਕੁ ਮਰੈ ਪੰਚੇ ਮਿਲਿ ਰੋਵਹਿ ॥ ਹਉਮੈ ਜਾਇ ਸਬਦਿ ਮਲੁ ਧੋਵਹਿ ॥
ਸਮਝਿ ਸੂਝਿ ਸਹਜ ਘਰਿ ਹੋਵਹਿ ॥ ਬਿਨੁ ਬੂਝੇ ਸਗਲੀ ਪਤਿ ਖੋਵਹਿ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 413)*
3. ਸਦਾ ਅਨੰਦਿ ਰਹੈ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਵਿਚਹੁ ਹੰਉਮੈ ਜਾਏ ॥ *(ਵਡਹੰਸੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 585)*
4. ਮਨਿ ਪਰਤੀਤਿ ਬਨੀ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੀ ॥ ਬਿਨਸਿ ਗਈ ਹਉਮੈ ਮਤਿ ਮੇਰੀ ॥
ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਕੀਆ ਪ੍ਰਭਿ ਅਪਨੈ ਜਗ ਮਹਿ ਸੋਭ ਸੁਹਾਈ ਹੇ ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1072)*
5. ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਦੀਨਾ ਤਾ ਨਾਮੁ ਲੀਨਾ ਜਨਮ ਮਰਣ ਦੁਖ ਨਾਠੇ ॥
ਸਹਜ ਸੂਖ ਆਨੰਦ ਘਨੇਰੇ ਹਉਮੈ ਬਿਨਠੀ ਗਾਠੇ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 784)*
6. ਨੀਦ ਗਈ ਹਉਮੈ ਤਨਿ ਥਾਕੀ ਸਚ ਮਤਿ ਰਿਦੈ ਸਮਾਈ ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1274)*

ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਗਿਆਨ-ਚਾਨਣ ਫਿਰ ਤਿੰਨਾਂ ਹੀ ਥਾਵਾਂ – ਧਰਤ, ਆਕਾਸ਼ ਤੇ ਪਾਤਾਲ – ਵਿਚ ਵਰਤ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਜੋ ਕੋਈ ਚੱਖਦਾ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਸੁਆਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਮਤਿ-ਬੁਧਿ ਨਿਰਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਨਿਰਮਲ ਨਾਮ ਨੇ ਉਸ ਦੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਮੈਲ ਧੋ ਦਿੱਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਉਹ ਸੱਚੀ ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਦੀਵੀ ਸੁਖ ਮਾਣਦੇ ਹਨ।[7]

ਇਸ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤੀ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਫਿਰ ਜਮ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਹਿ ਸਕਦਾ। ਉਹ ਤਾਂ ਸੱਚੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਲਿਵ ਵਿਚ ਸਦਾ ਸਮਾਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[8] ਇਉਂ ਉਹ ਸੰਤ-ਸੁਹਾਗਣਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਤਲਾਂਜ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਕੰਤ ਦੀ ਸੇਜਾਂ ਦੀਆਂ ਰਲੀਆਂ ਮਾਣਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦਾ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ:

ਹਉਮੈ ਜਾਈ ਤਾ ਕੰਤ ਸਮਾਈ ॥
ਤਉ ਕਾਮਣਿ ਪਿਆਰੇ ਨਵ ਨਿਧਿ ਪਾਈ ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 750)*

ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵਿਚ ਹੀ ਪਰਮ-ਪਦ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੈ। 'ਪਰਮ ਪਦ' ਨਿਰਦੋਖ, ਸੰਪੂਰਨ ਗਿਆਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਦ ਹਉਮੈ ਨਿਬੜ ਜਾਵੇ:

ਹਉ ਹਉ ਕਰਤ ਨਹੀ ਸਚੁ ਪਾਈਐ ॥
ਹਉਮੈ ਜਾਇ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਈਐ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 226)*

ਜਿਤਨਾ ਚਿਰ ਕੋਈ ਮਾਇਆ ਦੇ ਭਰਮ-ਭੁਲੇਖੇ ਨੂੰ ਸੱਚ ਕਰ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰਮ-ਪਦ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਉਸ ਤੋਂ ਕੋਹਾਂ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ:

ਮਾਇਆ ਮਗਨੁ ਪਰਮ ਪਦੁ ਦੂਰਿ ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 226)*

ਪਰ ਜੋ ਗੁਰਮੁਖ ਮਾਇਆ ਦੀਆਂ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਉਣੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕਾਮਾਦਿ ਦੁਸ਼ਟਾਂ ਨੂੰ ਚੂਰ ਚੂਰ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ, ਪਰਮ-ਪਦ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ:

ਕਹਤ ਕਬੀਰ ਪੰਚ ਜੋ ਚੂਰੇ ॥
ਤਿਨ ਤੇ ਨਾਹਿ ਪਰਮ ਪਦੁ ਦੂਰੇ ॥ *(ਆਸਾ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 478)*

ਪਰਮ-ਪਦ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਸਾਧਨ ਚਉਥੇ-ਪਦ ਦੀ ਖੋਜ ਦੁਆਰੇ ਹੀ ਮੰਨੀ ਗਈ ਹੈ:

ਚਉਥੇ ਪਦ ਕਉ ਜੋ ਨਰੁ ਚੀਨੈ੍ ਤਿਨ੍ ਹੀ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਇਆ ॥
(ਕੇਦਾਰਾ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1123)

---

7. ਸਬਦੁ ਦੀਪਕੁ ਵਰਤੈ ਤਿਹੁ ਲੋਇ ॥ ਜੋ ਚਾਖੈ ਸੋ ਨਿਰਮਲੁ ਹੋਇ ॥
ਨਿਰਮਲ ਨਾਮਿ ਹਉਮੈ ਮਲੁ ਧੋਇ ॥ ਸਾਚੀ ਭਗਤਿ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥ *(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 664)*
8. ਜਰਾ ਜੋਹਿ ਨ ਸਕਈ ਸਚਿ ਰਹੈ ਲਿਵ ਲਾਇ ॥
ਜੀਵਨ ਮੁਕਤੁ ਸੋ ਆਖੀਐ ਜਿਸੁ ਵਿਚਹੁ ਹਉਮੈ ਜਾਇ ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨੇ 1009-10)*

ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ

ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਸੁਧਾ ਭਰਮ ਹੈ, ਅਗਿਆਨ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਇਸੇ ਅਗਿਆਨ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹੈ। ਜਦ ਇਹ ਅਗਿਆਨ ਬਿਨਸਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਤਮ ਪ੍ਰਗਾਸ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਵਸਥਾ ਉੱਜਲ, ਬੁੱਧ-ਪ੍ਰਕਾਸ਼ੀ, ਰੌਸ਼ਨ-ਜ਼ਮੀਰ, ਲਿਸ਼ਕੋਰੇ ਮਾਰਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ :

ਮਨ ਭੀਤਰਿ ਹੋਵੈ ਪਰਗਾਸੁ ॥
ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਅਗਿਆਨ ਬਿਨਾਸੁ ॥ *(ਸਾਰੰਗ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1235)*

ਇਹ ਇਕ ਨਿਹਕੇਵਲ, ਨਿਰਵਿਕਲਪ, ਸ਼ੰਕਾ-ਰਹਿਤ, ਨਿਸ਼ਭਰਮ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਹਰੀ-ਜਨਾਂ ਦੀ ਅਤਿ ਉੱਚੀ, ਅਪਾਰ ਜੀਵਨ ਪਦਵੀ ਹੈ :

ਜੀਵਨ ਪਦਵੀ ਹਰਿ ਕੇ ਦਾਸ ॥
ਜਿਨ ਮਿਲਿਆ ਆਤਮ ਪਰਗਾਸੁ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 200)*

ਇਹ ਪਰਗਾਸ ਸਦੀਵੀ ਪਰਗਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਦੇ ਘੱਟਦਾ ਨਹੀਂ :

ਸਦਾ ਸਦਾ ਆਤਮ ਪਰਗਾਸੁ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 378)*

ਕਿਉਂਕਿ ਭਰਮ ਦਾ ਅੰਡਾ ਫੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਬੰਧਨਾਂ ਦੀ ਬੇੜੀ ਕੱਟੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਦੁਆਰਾ ਬੰਦ-ਖ਼ਲਾਸ ਹੋ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸੋ ਮਨ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਮਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[9]

ਇਹ ਪਰਗਾਸ, ਇਹ ਖੇੜਾ ਕਿਸੇ ਇਕ ਪੱਖ ਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਚੇਤਨਾ, ਵਿਚਾਰ ਤੇ ਅਕਲ ਅਥਵਾ ਸੁਰਤਿ, ਮਤਿ ਤੇ ਬੁਧਿ ਦਾ ਸਮੂਲਾ ਪਰਗਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ :

ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਬੁਧਿ ਪਰਗਾਸੁ ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 889)*

ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਐਸਾ ਸੌ ਫ਼ੀਸਦੀ ਵਿਗਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਮਝੋ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਦਾ ਨਿਵਾਸ ਹੋ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ :

ਬੀਸ ਬਿਸੁਏ ਜਾ ਕੈ ਮਨਿ ਪਰਗਾਸੁ ॥
ਤਿਸੁ ਜਨ ਕੈ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕਾ ਨਿਵਾਸੁ ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1152)*

ਇਸੇ ਨੂੰ ਸਹਿਜ ਪਰਗਾਸ ਵੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ[10], ਗਿਆਨ ਪਰਗਾਸ[11] ਤੇ ਬ੍ਰਹਮ ਪਰਗਾਸ ਵੀ। ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਦੇ ਪਦ ਨੂੰ 'ਨਿਰਬਾਣ ਪਦ' ਵੀ ਆਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ :

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਮਨਿ ਭਇਆ ਪਰਗਾਸਾ ਪਾਇਆ ਪਦੁ ਨਿਰਬਾਣੀ ॥
(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 206)

ਇਹ ਪਰਗਾਸ ਪ੍ਰਗਟ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ? ਜਦ ਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ-ਬਾਣ ਵੱਜਦਾ

---

9. ਫੂਟੋ ਆਂਡਾ ਭਰਮ ਕਾ ਮਨਹਿ ਭਇਓ ਪਰਗਾਸੁ ॥
ਕਾਟੀ ਬੇਰੀ ਪਗਹ ਤੇ ਗੁਰਿ ਕੀਨੀ ਬੰਦਿ ਖਲਾਸੁ ॥ *(ਮਾਰੂ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1002)*

10. ਮਰਨ ਜੀਵਨ ਕੀ ਸੰਕਾ ਨਾਸੀ ॥ ਆਪਨ ਰੰਗਿ ਸਹਜ ਪਰਗਾਸੀ ॥
(ਬਿਭਾਸ ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1349)

11. ਅੰਤਰਿ ਹੋਇ ਗਿਆਨ ਪਰਗਾਸੁ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 278)*

ਹੈ ਤਾਂ ਬੱਜਰ ਕਪਾਟ ਛੇਦਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਐਸਾ ਕਿ ਦੈਵੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਅੰਦਰ ਆ ਝਲਕਦਾ ਹੈ :

ਗੁਰ ਕੈ ਬਾਣਿ ਬਜਰ ਕਲ ਛੇਦੀ ਪ੍ਰਗਟਿਆ ਪਦੁ ਪਰਗਾਸਾ॥

(ਗਉੜੀ ਬੈਰਾਗਣਿ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 332)

ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ :

ਬਿਗਸੈ ਮਨੁ ਹੋਵੈ ਪਰਗਾਸਾ ਬਹੁਰਿ ਨ ਗਰਭੈ ਪਰਨਾ॥

(ਦੇਵਗੰਧਾਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 531)

ਜਦੋਂ ਆਪਾ-ਭਾਵ, ਹਉਮੈ ਮਿੱਟ ਜਾਵੇ ਤੇ ਆਤਮ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜਾਣੋ ਕਿ ਅਮਰਾ-ਪਦ ਨਸੀਬ ਹੋ ਗਿਆ :

ਅਮਰਾ ਪਦੁ ਪਾਇਆ ਆਪੁ ਗਵਾਇਆ ਵਿਰਲਾ ਗਿਆਨ ਵੀਚਾਰੀ॥

(ਧਨਾਸਰੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 688)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਉੱਠਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਅਮਰਾ-ਪਦ ਦਾ ਅਰਥ ਕੀ ਹੈ ? ਜਦ ਗੁਰ-ਫ਼ੁਰਮਾਨ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ "ਸਭਨਾ ਮਰਣਾ ਆਇਆ ਵੇਛੋੜਾ ਸਭਨਾਹ"[12]। ਜਨਮ-ਮਰਨ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੀ ਹੈ।[13] ਇਸ ਲਈ ਜੋ ਸਾਧਕ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਪ੍ਰਪੱਕ ਹੋ ਕੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਸਮਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਉਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।[14]

ਐਸੇ ਸੁਭਾਗਮਾਨ ਪੁਰਖ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ ਹਰੀ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਨਮ-ਮਰਨ ਮੁਕਾ ਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੁੰਦੇ ਤੇ ਇੱਜ਼ਤ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।[15] ਉਹ ਸਭ ਆਵਾਗਵਣ ਖ਼ਤਮ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੀ ਸਹਿਜ ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।[16] ਫਿਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਦੀ ਤ੍ਰੈਗੁਣੀ ਮਾਇਆ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਚੁੱਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।[17]

ਉਪਰ ਵਿਚਾਰੇ ਗਏ ਸਾਰੇ ਪਦ - ਪਰਮ ਪਦ[18], ਚਉਥਾ ਪਦ[19], ਆਤਮ

---

12. ਸੋਰਠਿ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 595.
13. ਜਨਮ ਮਰਣ ਤੇ ਰਹਤ ਨਾਰਾਇਣ॥ *(ਭੈਰਉ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 1136)*
14. ਹਰਿ ਜਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਣੇ ਦੁਖੁ ਜਨਮ ਮਰਣ ਭਵ ਖੰਡਾ ਹੇ॥ *(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 13)*
15. ਜੋ ਮਨਿ ਰਾਤੇ ਹਰਿ ਰੰਗੁ ਲਾਇ॥
ਤਿਨ ਕਾ ਜਨਮ ਮਰਣ ਦੁਖੁ ਲਾਥਾ ਤੇ ਹਰਿ ਦਰਗਹ ਮਿਲੇ ਸੁਭਾਇ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 362)*
16. ਜਨਮ ਮਰਣ ਸਭ ਮਿਟੀ ਉਪਾਧਿ॥ ਪ੍ਰਭ ਸਿਉ ਲਾਗੀ ਸਹਜਿ ਸਮਾਧਿ॥ *(ਗੋਂਡ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 865)*
17. ਏਹ ਤ੍ਰਿਗੁਣ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਜਗਤੁ ਭੁਲਾਇਆ ਜਨਮ ਮਰਣ ਕਾ ਸਹਸਾ॥
ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਏਕੋ ਜਾਣੈ ਚੂਕੈ ਮਨਹੁ ਅੰਦੇਸਾ॥ *(ਮਲਾਰ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1257)*
18. ਤੇ ਮੁਕਤ ਭਏ ਜਿਨ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ਤਿਨ ਪਵਿਤੁ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਏ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 735)*
19. ਸਤਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਤ੍ਰਿਕੁਟੀ ਛੂਟੈ ਚਉਥੈ ਪਦਿ ਮੁਕਤਿ ਦੁਆਰੁ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 33)*

ਪਰਗਾਸ[20], ਸਹਿਜ[21], ਨਿਰਭੈ ਪਦ[22], ਅਮਰਾ ਪਦ[23], ਨਿਹਕੇਵਲ[24] – ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਈ ਰੂਪ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਵੀ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਕਰੀਬ ਕਰੀਬ ਸਮਾਨਰਥਕ ਹਨ ਤੇ ਬੰਧਨ ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਲਖਾਇਕ ਹਨ।

---

20. ਤੇ ਮੁਕਤ ਭਏ ਜਿਨ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ਤਿਨ ਪਵਿਤੁ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਏ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 735)*
21. ਗੁਰਿ ਬੰਧਨ ਤਿਨ ਕੇ ਸਗਲੇ ਕਾਟੇ ਜਨ ਨਾਨਕ ਸਹਜਿ ਸਮਾਈ ਜੀਉ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 101)*
22. ਭਈ ਅਮੋਲੀ ਭਾਰਾ ਤੋਲੀ ਮੁਕਤਿ ਜੁਗਤਿ ਦਰੁ ਖੋਲ੍ਹਾ॥
    ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਹਉ ਨਿਰਭਉ ਹੋਈ ਸੋ ਪ੍ਰਭੁ ਮੇਰਾ ਓਲ੍ਹਾ॥ *(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 780)*
23. ਸੇ ਮੁਕਤੁ ਸੇ ਮੁਕਤੁ ਭਏ ਜਿਨ੍ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਜੀਉ ਤਿਨ ਟੂਟੀ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸੀ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 348)*
24. ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਨਿਹਕੇਵਲ ਨਿਰਬਾਣੀ॥ *(ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 162)*

ਨਦਰਿ ਕਰਮ

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਤਿਨ ਕਾਰ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 8)*

ਜਿਸ ਉਪਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਮਿਹਰ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਹੜੇ ਕੰਮ ਲੱਗਦਾ ਹੈ?

ਭਾਂਡਾ ਭਾਉ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਤਿਤੁ ਢਾਲਿ॥
ਘੜੀਐ ਸਬਦੁ ਸਚੀ ਟਕਸਾਲ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 8)*

ਭਾਵ, ਪਿਆਰ ਦੀ ਕੁਠਾਲੀ ਵਿਚ ਉਹ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਢਾਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੱਚੀ ਟਕਸਾਲ ਵਿਚ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਘਾੜਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

'ਨਦਰਿ ਕਰਮ' ਅਰਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਜੋੜਾ ਹੈ। 'ਨਦਰ' (ਨਜ਼ਰ) ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ – ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ, ਤੇ 'ਕਰਮ' ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ – ਕਿਰਪਾ। ਸੋ ਨਦਰਿ ਕਰਮ ਦਾ ਅਰਥ ਹੋ ਗਿਆ – ਕਿਰਪਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ – ਐਸੀ ਨਜ਼ਰ ਜੋ ਹਰ ਵੇਲੇ ਮਿਹਰ ਵਰਤਾਉਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਐਸੀ ਮਿਹਰ ਵਰਤਾਉਣ ਵਾਲੇ ਨਦਰੀ ਦੀ ਮਿਹਰ ਬੇਅੰਤ ਹੈ, ਇਹ ਸਦ-ਅਨੰਦ ਵਰਤਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਨਿਹਾਲ ਕਰਦੀ ਹੈ।[1]

ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਤਾਂ ਖਲੋਂਦਾ ਹੀ ਨਦਰੀ ਦੀ ਨਦਰਿ ਉਪਰ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਨਦਰਿ ਕਰਮ ਤਾਂ ਇਕਸਾਰ ਹਰੇਕ ਉੱਤੇ ਪੈਂਦੀ ਹੈ – ਪਰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਉਪਰ ਘੱਟ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਕਿਸੇ ਉਪਰ ਵਧੇਰੇ। ਜਿਸ ਉਪਰ ਵੀ ਉਸ ਦੀ ਨਦਰਿ ਕਰਮ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਉਸੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰਾਇਣਤਾ ਜਾਗਦੀ ਹੈ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[2] ਜੇਕਰ ਪ੍ਰਭੂ ਨਦਰਿ ਪਰਤਾ ਲਵੇ ਤਾਂ ਬਾਦਸ਼ਾਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮੰਗਤੇ ਬਣਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਐਸੇ ਕਿ ਜੇ ਉਹ ਮੰਗਣ ਨਿਕਲਣ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਭਿੱਖਿਆ ਵੀ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦਾ:

ਨਦਰਿ ਉਪਠੀ ਜੇ ਕਰੇ ਸੁਲਤਾਨਾ ਘਾਹੁ ਕਰਾਇਦਾ॥
ਦਰਿ ਮੰਗਨਿ ਭਿਖ ਨ ਪਾਇਦਾ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 472)*

ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਉਪਰ ਉਸ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਸਵੱਲੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉਹ ਸਤਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਕਰਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[3] ਸਤਿਗੁਰੂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਦਾਤ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

---

1. ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 8)*
2. ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਜਿਸੁ ਆਪਣੀ ਤਿਸ ਨੋ ਭਾਵਨੀ ਲਾਏ॥ *(ਆਸਾ ਕਾਫੀ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 427)*
3. ਨਦਰਿ ਕਰਹਿ ਜੇ ਆਪਣੀ ਤਾ ਨਦਰੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਪਾਇਆ॥
ਏਹੁ ਜੀਉ ਬਹੁਤੇ ਜਨਮ ਭਰੰਮਿਆ ਤਾ ਸਤਿਗੁਰਿ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਇਆ॥
(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 465)

ਫਿਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭਵਜਲ ਪਾਰ ਕਰਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅੰਤ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ:

ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਸੰਜੋਗਿ ਮਿਲਾਏ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 412)*

ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰ ਕੇ ਫ਼ੁਰਮਾਂਦੇ ਹਨ:

ਸਭਨਾ ਉਪਰਿ ਨਦਰਿ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੀ ॥
ਕਿਸੈ ਥੋੜੀ ਕਿਸੈ ਹੈ ਘਣੇਰੀ ॥
ਤੁਝਤੇ ਬਾਹਰਿ ਕਿਛੁ ਨ ਹੋਵੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੋਝੀ ਪਾਵਣਿਆ ॥

(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 119)

ਥੋੜ੍ਹੀ ਕਿਸ 'ਤੇ ਹੈ? ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਜੀਆਂ ਵਿਚ ਵਿਤਕਰੇ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਗ਼ਰੀਬਾਂ ਨਿਮਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਘਟੀਆ ਸਮਝਦੇ ਹਨ, ਪ੍ਰਭੂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਪਰ ਨਦਰਿ ਉਪੱਠੀ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।[4] ਜੋ ਜਾਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਸਮਝਦੇ ਹਨ, ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਨਦਰਿ ਕਰਮ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ:

ਜਿਥੈ ਨੀਚ ਸਮਾਲੀਅਨਿ ਤਿਥੈ ਨਦਰਿ ਤੇਰੀ ਬਖਸੀਸ ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 15)

ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਘਨੇਰੀ ਨਦਰਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਉਪਰ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾ ਕੇਵਲ ਆਪਣੀਆਂ ਦਾਤਾਂ ਹੀ ਲੁਟਾਉਂਦਾ ਹੈ,[5] ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਦੁਖ-ਸੰਤਾਪ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਣ ਦੇਂਦਾ:

ਖੇਦੁ ਨ ਦੂਖੁ ਨ ਡਾਨੁ ਤਿਹ ਜਾ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰੀ ॥

(ਗਉੜੀ ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 253)

ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਨਦਰਿ ਪਾ ਕੇ ਉਹ ਨਿਰਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਜਿਸ ਨੋ ਕਰਮਿ ਪਰਾਪਤਿ ਹੋਵੈ ਸੋ ਜਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਥੀਵੈ ॥

(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 616)

ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ 'ਪੁਰਖ' ਕੇਵਲ ਇਕ ਹੈ, ਬਾਕੀ ਸਭ ਉਸ ਦੀਆਂ 'ਨਾਰਾਂ' ਹਨ। ਪਰ ਜਿਸ ਪਰ ਉਸ ਦੀ ਨਦਰਿ ਕਰਮ ਹੋ ਜਾਏ, ਸੁਹਾਗਣ ਉਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਭਨਤਿ ਨਾਨਕੁ ਸਭਨਾ ਕਾ ਪਿਰੁ ਏਕੋ ਸੋਇ ॥
ਜਿਸ ਨੋ ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਸਾ ਸੋਹਾਗਣਿ ਹੋਇ ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 351)*

ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ

ਮਨੁੱਖ ਤਾਂ ਜੰਮਦਾ ਹੀ ਟੁੱਟਾ-ਭੱਜਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਜੋੜਨ ਲਈ ਮਲ੍ਹਮ-ਪੱਟੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦੈਵੀ ਮਿਹਰਾਂਮਤਿ ਹੀ ਉਹ ਮਲ੍ਹਮ-ਪੱਟੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ

---

4. ਗਰੀਬਾ ਉਪਰਿ ਜਿ ਖਿੰਜੈ ਦਾੜੀ ॥ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮਿ ਸਾ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਸਾੜੀ ॥
ਪੂਰਾ ਨਿਆਉ ਕਰੇ ਕਰਤਾਰੁ ॥ ਅਪੁਨੇ ਦਾਸ ਕਉ ਰਾਖਨਹਾਰੁ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 199)*
5. ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਕਰਮੀ ਦਾਤਿ ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 5)*

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮੁੜ ਜੁੜ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਦੀ ਵੱਡੀ ਖ਼ੂਬੀ ਹੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਦੇ ਦੇਰ ਨਹੀਂ ਲਗਾਉਂਦੀ। ਰੂਹਾਨੀ ਰੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਇਸ ਦੀ ਲੋੜ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੀਏ ਕਿ ਸਾਡੇ ਭੈੜੇ ਤੋਂ ਭੈੜੇ ਦਿਨ ਵੀ ਇਸ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਪਰੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਤੇ ਸਾਡੇ ਚੰਗੇ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਦਿਨ ਵੀ ਇਸ ਦੀ ਲੋੜ ਤੋਂ ਖ਼ਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।

ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਕੀ ਹੈ ? ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਉਹ ਗੁਣ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਉਸ ਦੀ ਸਿਰਜਨਾ ਲਈ ਉਸ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਤੇ ਰਿਆਇਤ ਛੁਪੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਉਸ ਦਾ ਪਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਰਪਾਲਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਬਖ਼ਸ਼ਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਖਿਮਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਸੀਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਪਾਪੀ ਜਿਊੜੇ ਨੂੰ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਸਮਝੋ, ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਸੋਭਾ ਦਾ ਆਦਿ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸੋਭਾ ਉਸ ਦੀ ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਦਾ ਓੜਕ।

ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ ਦੀ ਭਰਪੂਰਤਾ ਇਸ ਬਦਕਿਸਮਤ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਭਾਵੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਖਿਮਾਵਾਨ ਰਹਿਮਤ ਦੀ ਆਸ ਤੇ ਉਡੀਕ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਕਰਤਾਰ ਆਪਣੀ ਸਿਰਜਨਾ ਦੀ ਇਸ ਆਸ ਤਾਈਂ ਕਦਾਚਿਤ ਨਹੀਂ ਫਿਟਕਾਰਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਖਿਮਾਵਾਨ ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਉਸ ਦਾ ਬਿਰਦ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਰਹਿਮਤ ਇਸ ਲਈ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਚੰਗੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਸਗੋਂ ਇਸ ਲਈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਚੰਗੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਸਕੀਏ।

ਉਹ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪਿਆਰ-ਬਾਹਾਂ ਵਿਚ ਚੁੱਕੀ ਫ਼ਿਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਹੈ, ਜੋ ਸਮਝਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ ਨਾਲ ਤੁਰੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ।

ਇਕ ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰੇਮੀ ਮਾਰੂਥਲ ਵਿਚ ਰਾਹ ਭੁੱਲ ਗਿਆ। ਪਰ ਉਸ ਦੇ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦੋ ਪੈਰ ਵੀ ਰੇਤਾ ਉੱਤੇ ਪਏ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਪ੍ਰਭੂ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਕਈ ਦਿਨ ਭੁੱਖਾ-ਭਾਣਾ ਤੁਰੀ ਗਿਆ, ਫਿਰ ਕੀ ਵੇਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੁਣ ਰੇਤਾ ਉਪਰ ਦੋ ਹੀ ਪੈਰ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਹੁਣ ਮੈਂ ਥੱਕ ਟੁੱਟ ਗਿਆ ਹਾਂ ਤਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਵੀ ਮੈਨੂੰ ਇਕੱਲਿਆਂ ਛੱਡ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਮੱਥੇ 'ਤੇ ਹੱਥ ਮਾਰਿਆ ਤੇ ਕਿਹਾ, "ਵਾਹ ਮਾਲਕਾ ! ਤੂੰ ਵੀ ਮੈਨੂੰ ਛੱਡ ਗਿਆ ?" ਆਕਾਸ਼ਬਾਣੀ ਹੋਈ, "ਮੇਰੇ ਪਿਆਰੇ ! ਤੂੰ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਸੋਚ ਲਿਆ ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਛੱਡ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ? ਜਿਹੜੇ ਦੋ ਪੈਰ-ਨਿਸ਼ਾਨ ਤੂੰ ਵੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈਂ, ਉਹ ਤੇਰੇ ਨਹੀਂ, ਮੇਰੇ ਹਨ। ਤੈਨੂੰ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕੁੱਛੜ ਜੁ ਚੁੱਕ ਲਿਆ ਹੈ।"

ਦੈਵੀ ਮਿਹਰ ਸੁਧਾ ਪਿਆਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਦਾ ਸਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਆਪ ਸਾਡੇ ਵੱਲ ਹੱਥ ਲਮਕਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਹਾਂ ਕਿ ਨਾ ਉਸ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵੱਲ ਹੀ ਵੇਖਦੇ ਹਾਂ, ਸੋ ਨਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਫੜਨ ਦਾ ਯਤਨ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਸ੍ਵੈ-ਸਚਿਆਰਤਾ ਦੇ ਨਕਾਬ ਪਹਿਨੀ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ। ਉਸ ਮਾਲਕ ਦੀ ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਹੀ ਸਾਡੇ ਇਸ ਨਕਾਬ ਨੂੰ ਤਾਰ ਤਾਰ ਕਰ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਕੂੜੀ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਭਰਮ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦੈਵੀ

ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਤੋਂ ਮੁਕਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੀ ਕਿ ਅਸੀਂ ਭਾਵੇਂ ਹਨੇਰੀ ਤੋਂ ਹਨੇਰੀ ਗੁਫ਼ਾ ਵਿਚ ਅੱਖਾਂ 'ਤੇ ਪੱਟੀ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਜਾ ਬੈਠੀਏ, ਇਸ ਨਾਲ ਸੂਰਜ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਗੁੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਔਖੀਆਂ ਘੜੀਆਂ ਦੇ ਅੰਧਕਾਰ ਵਿਚ ਜੇ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦੀ ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਨਜ਼ਰ ਨਾ ਆਉਂਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਗੁੱਲ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਗਈ ਹੁੰਦੀ। ਹਉਮੈ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੀ ਕਿ :

ਕੇਤਿਆ ਦੂਖ ਭੂਖ ਸਦ ਮਾਰ ॥
ਏਹਿ ਭਿ ਦਾਤਿ ਤੇਰੀ ਦਾਤਾਰ ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 5)*

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਲਿਆਣਕਾਰੀ ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਮਿਹਣੇ ਮਾਰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਦੈਵੀ ਮਿਹਰ ਦੀ ਇਮਦਾਦ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹਾਰ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਉਹ ਦੈਵੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਨਾ-ਪਸੰਦ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਤਾਂ ਹਰ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹੀ ਜਤਲਾਉਣ ਦੀ ਆਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਦੈਵੀ ਮਿਹਰਾਂ-ਮਤਿ ਹਉਮੈ ਦੇ ਘੁਮੰਡ 'ਤੇ ਮੁਸਕਰਾਉਂਦੀ ਹੀ ਹੈ। ਉਹ ਚਾਹੇ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਦੀ ਸਫ਼ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮੇਟ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਚੇਤੇ ਰੱਖੀਏ, ਕਰਤਾ ਪੁਰਖ ਦਾ ਹੁਕਮ ਸਾਨੂੰ ਕਦੇ ਐਸੀ ਥਾਂ ਲਿਜਾ ਕੇ ਨਹੀਂ ਛੱਡੇਗਾ, ਜਿਥੇ ਉਸ ਦੀ ਰਹਿਮਤ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮੌਜੂਦ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਕਰਮ ਖੰਡ

ਕਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਜੋਰੁ ॥
ਤਿਥੈ ਹੋਰੁ ਨ ਕੋਈ ਹੋਰੁ ॥
ਤਿਥੈ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰ ॥
ਤਿਨ ਮਹਿ ਰਾਮੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰ ॥
ਤਿਥੈ ਸੀਤੋ ਸੀਤਾ ਮਹਿਮਾ ਮਾਹਿ ॥
ਤਾ ਕੇ ਰੂਪ ਨ ਕਥਨੇ ਜਾਹਿ ॥
ਨਾ ਓਹਿ ਮਰਹਿ ਨ ਠਾਗੇ ਜਾਹਿ ॥
ਜਿਨ ਕੈ ਰਾਮੁ ਵਸੈ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥
ਤਿਥੈ ਭਗਤ ਵਸਹਿ ਕੇ ਲੋਅ ॥
ਕਰਹਿ ਅਨੰਦੁ ਸਚਾ ਮਨਿ ਸੋਇ ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 8)*

ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਨਤੀ ਦਾ ਇਹ ਪੜਾਅ ਸਹਿਜ-ਅਨੁਭੂਤੀ ਦਾ ਪੜਾਅ ਹੈ। ਇਥੇ ਪਰਾ-ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਉਚੇਰੀ ਨਦਰਿ ਕਰਮ ਦੀ ਲਖਾਇਕਤਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਥਾਈ ਸੰਜੋਗ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ 'ਚੋਂ ਫਿਰ ਵਿਛੋੜਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹੋਣ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਜੁੜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹੋਰ ਆਤਮਾਵਾਂ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਮੁਕਾਮ ਨੂੰ ਸਾਜੁਜ ਮੁਕਤੀ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਮੁਕਾਮ ਤਕ

ਅਪੜੀਆਂ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਰੂਹਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਆਤਮਾਵਾਂ ਉਹਨਾਂ ਮਹਾਂਬਲੀ ਜੋਧੇ ਸੂਰਬੀਰਾਂ[6] ਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਸਮਸਤ ਵਿਚ ਰਮਿਆ ਹੋਇਆ ਰਾਮ ਵੱਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਉਹ ਸੁੰਦਰ ਸੀਤਾ-ਅਸੀਤਾ (ਗੰਗਾ-ਜਮਨਾ) ਵਾਂਗ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਆਤਮਾਵਾਂ ਹਨ, ਜੋ ਉਸ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਵਿਚ ਖਚਿਤ ਹਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਵੀ ਰਾਮ ਵੱਸ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤੀਜੇ, ਅਨੇਕ ਮੁਕਾਮਾਂ ਦੇ ਭਗਤ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਵੀ ਸੱਚੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਵਾਸ ਹੈ ਤੇ ਜੋ ਸਦ-ਅਨੰਦ ਮਾਣ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਅੰਦਰ ਰਾਮ ਭਰਪੂਰ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ, ਉਸ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰਤੀਆਂ ਆਤਮਾਵਾਂ ਹਨ। ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਕੋਈ ਵਿੱਥ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਗਈ, ਭਾਵ ਇਥੇ ਹੁਣ 'ਹੋਰ' ਕੋਈ ਨਹੀਂ, ਭਾਵ ਕਿ ਦ੍ਵੈਤ ਖ਼ਤਮ ਹੈ। ਦ੍ਵੈਤ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਮੁਕ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਦੇ ਦੋ ਵੱਡੇ ਸੰਦ ਸੰਕਲਪ ਤੇ ਵਿਕਲਪ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਇਥੇ ਝੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਹਉਮੈ ਨਿਸ਼ਕਤ ਹੋ ਕੇ ਢਹਿ ਪਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਤਦੇ ਵੇਦਾਂਤ ਵਾਲੇ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਨਿਰਵਿਕਲਪ ਸਮਾਧੀ ਦਾ ਨਾਮ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।

ਸੱਚ ਨਿਆਉਂ

ਬੜੀ ਵਾਰੀ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੇ ਕਰਤਾਰ ਮਿਹਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਇਨਸਾਫ਼ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜੇ ਇਨਸਾਫ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਿਹਰ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਇਸ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਹ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕਰਤਾਰ ਦੇ ਇਨਸਾਫ਼ ਦਾ ਰੂਪ ਬੰਦਿਆਂ ਦੇ ਇਨਸਾਫ਼ ਵਰਗਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਅਸਲ ਵਿਚ ਕਰਤਾਰੀ ਨਿਆਉਂ ਮਨੁੱਖੀ ਨਿਆਉਂ ਤੋਂ ਬੜੇ ਵੱਖਰੇ ਰੂਪ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸੱਚ ਨਿਆਉਂ[7], ਧਰਮ ਨਿਆਉਂ[8], ਹੱਕ ਨਿਆਉਂ[9], ਪੂਰਾ ਨਿਆਉਂ[10], ਸਦਾ ਨਿਆਉਂ[11] ਵੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਆਓ ! ਵੇਖੀਏ ਇਹ ਮਨੁੱਖੀ ਨਿਆਉਂ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਮੁਖ਼ਤਲਿਫ਼ ਹੈ। ਮਾਨਵੀ ਨਿਆਉਂ ਨਿਰਪੱਖਤਾ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਦੈਵੀ ਨਿਆਉਂ ਪਿਆਰਵਾਨ ਰਿਆਇਤ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਰਿਆਇਤ ਸਭ ਲਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ - ਕੀ ਠਾਕੁਰ ਤੇ ਕੀ ਚੇਲਾ ਸਭ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।[12] ਮਾਨਵੀ ਨਿਆਉਂ ਪਾਸ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਸਕਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਦੈਵੀ ਨਿਆਉਂ ਪਾਸ ਦਾਤ ਦੇਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੁੰਦੀ

6. ਨਾਨਕ ਸੋ ਸੂਰਾ ਵਰੀਆਮੁ ਜਿਨਿ ਵਿਚਹੁ ਦੁਸਟੁ ਅਹੰਕਰਣੁ ਮਾਰਿਆ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 86)*
7. ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਸਚੁ ਨਿਆਉ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 463)*
8. ਸਚਿਆਰਾ ਦੇਇ ਵਡਿਆਈ ਹਰਿ ਧਰਮ ਨਿਆਉ ਕੀਓਇ॥ *(ਵਾਰ ਸਿਰੀਰਾਗ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 89)*
9. ਗੁਰਮੁਖ ਸਿਉ ਮਨਮੁਖੁ ਅੜੈ ਡੁਬੈ ਹਕਿ ਨਿਆਇ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ, ਮ: ੨, ਪੰਨਾ 148)*
10. ਪੂਰਾ ਨਿਆਉ ਕਰੇ ਕਰਤਾਰੁ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 199)*
11. ਤੇਰੈ ਘਰਿ ਸਦਾ ਸਦਾ ਹੈ ਨਿਆਉ॥ *(ਆਸਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 376)*
12. ਤਹ ਸਾਚ ਨਿਆਇ ਨਿਬੇਰਾ॥ ਊਹਾ ਸਮ ਠਾਕੁਰੁ ਸਮ ਚੇਰਾ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 621)*

ਹੈ। ਮਾਨਵੀ ਨਿਆਉਂ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਬੰਧਨ ਵਿਚ ਬੱਝਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਦੈਵੀ ਨਿਆਉਂ ਆਪ ਵੀ ਬੰਧਨ ਮੁਕਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦਰ ਆਇਆਂ ਨੂੰ ਮੁਕਤੀ ਵੰਡਦਾ ਵੀ ਹੈ। ਮਾਨਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਸੱਚ ਸਮਝਦਾ ਹੈ, ਦੈਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਸੱਚ ਨੂੰ ਤਾਕਤ ਜਾਣਦਾ ਹੈ। ਮਾਨਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਨੰਗਿਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਦੈਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਪਰਦੇ ਕੱਜਦਾ ਹੈ।[13] ਮਾਨਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਦਾ ਢਾਂਚਾ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੀ ਤੇ ਆਪਣੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਰਾਖੀ ਹਿਤ ਕਾਇਮ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਦੈਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰੱਖਿਆ ਦੀ ਤਾਂ ਲੋੜ ਕੋਈ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਉਹ ਆਪਣੀ ਸਿਰਜਨਾ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾਲੇ ਗਿਆਨ ਵੀ ਦੇਂਦਾ ਤੇ ਪਾਰ ਵੀ ਉਤਾਰਦਾ ਹੈ। ਮਾਨਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਥੋੜ੍ਹੇ ਕੀਤੇ ਮਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਦੈਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਖਿਮਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਨਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਧਮਕਾਉਂਦਾ ਤੇ ਡਰਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਦੈਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਜਗਾਉਂਦਾ ਤੇ ਸੁਕਰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਦਾ ਹੈ:

ਜੈਸਾ ਬਾਲਕੁ ਭਾਇ ਸੁਭਾਈ ਲਖ ਅਪਰਾਧ ਕਮਾਵੈ ॥
ਕਰਿ ਉਪਦੇਸੁ ਝਿੜਕੇ ਬਹੁ ਭਾਤੀ ਬਹੁੜਿ ਪਿਤਾ ਗਲਿ ਲਾਵੈ ॥
ਪਿਛਲੇ ਅਉਗੁਣ ਬਖਸਿ ਲਏ ਪ੍ਰਭੁ ਆਗੈ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵੈ ॥

(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 624)

ਮਾਨਵੀ ਨਿਆਉਂ ਤੰਗ ਨਜ਼ਰ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਾ-ਸ਼ੁਕਰਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਦੈਵੀ ਨਿਆਉਂ ਪੂਰਨ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਦੇ ਅਕਿਰਤਘਣਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪਾਲਦਾ ਹੈ:

ਪਾਲਹਿ ਅਕਿਰਤਘਨਾ ਪੂਰਨ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਤੇਰੀ ਰਾਮ ॥

(ਬਿਹਾਗੜਾ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 547)

ਮਾਨਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਸਾਰਾ ਗਵਾਹੀਆਂ ਤੇ ਬਿਆਨਾਂ ਉਪਰ ਖੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਦੈਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਦੀ:

ਗਲਾ ਉਪਰਿ ਤਪਾਵਸੁ ਨ ਹੋਈ ਵਿਸੁ ਖਾਧੀ ਤਤਕਾਲ ਮਰਿ ਜਾਏ ॥

(ਵਾਰ ਗਉੜੀ ਮ: ੪, ਪੰਨਾ 308)

ਮਾਨਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਹਉਮੈ ਉਪਰ ਉਸਰਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਕਾਨੂੰਨ ਘੜਨ ਵਾਲੇ, ਕੀ ਮੁਨਸਫ਼, ਕੀ ਮੁੱਦਈ, ਕੀ ਮੁਦਾਅਲਹਿ ਤੇ ਕੀ ਵਕੀਲ ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਸ਼ਾਇਦ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਵੇ। ਪਰ ਹਉਮੈ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਹੱਕ ਨੂੰ ਹੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਸਮਝ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਹਉਮੈ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਪਾਉਣ ਦਾ ਮਨ ਬਣਾ ਲਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕੇਵਲ ਦੈਵੀ ਇਨਸਾਫ਼ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਆਧਾਰ ਮੰਨਦੇ ਹਨ, ਮਾਨਵੀ ਕਚਹਿਰੀਆਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਭੱਜੇ ਫਿਰਦੇ।

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਆਪਣੇ ਵੇਲੇ ਦੇ ਮੁਨਸਫ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਕਾਜੀ ਹੋਇ ਕੈ ਬਹੈ ਨਿਆਇ ॥
ਫੇਰੇ ਤਸਬੀ ਕਰੇ ਖੁਦਾਇ ॥

---

13. ਅਪੁਨੇ ਜਨ ਕਾ ਪਰਦਾ ਢਾਕੈ ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 285)*

ਵਢੀ ਲੈ ਕੈ ਹਕੁ ਗਵਾਏ॥
ਜੇ ਕੋ ਪੁਛੈ ਤਾ ਪੜਿ ਸੁਣਾਏ॥ *(ਵਾਰ ਰਾਮਕਲੀ, ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 951)*

ਅੱਜ ਦੇ ਮੁਨਸਫ਼ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵੱਖਰੀ ਭਾਂਤ ਦੇ ਨਹੀਂ। ਸੋਈ ਵੱਖਰੀ ਭਾਂਤ ਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਹਉਮੈ ਤੱਜ ਕੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਆਸਰੇ ਇਨਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਬੈਠਣ:

ਸੋਈ ਕਾਜੀ ਜਿਨਿ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਇਕੁ ਨਾਮੁ ਕੀਆ ਆਧਾਰੋ॥
(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 24)

ਸੋ ਅਧਿਆਤਮਕ ਰਾਹ 'ਤੇ ਤੁਰਨ ਵਾਲੇ ਉਸ ਦੈਵੀ ਸੱਚ ਨਿਆਉਂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ:

ਸਚਾ ਸੋ ਸਾਹਿਬੁ ਸਚੁ ਤਪਾਵਸੁ ਸਚੜਾ ਨਿਆਉ ਕਰੇਗੁ ਮਸੋਲਾ॥
(ਤਿਲੰਗ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 723)

ਬ੍ਰਹਮ ਚੇਤਨਾ

ਆਸਾ ਦੀ ਵਾਰ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਪਉੜੀ ਇਉਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਆਪੀਨੈ੍ ਆਪੁ ਸਾਜਿਓ ਆਪੀਨੈ੍ ਰਚਿਓ ਨਾਉ॥
ਦੁਯੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਾਜੀਐ ਕਰਿ ਆਸਣੁ ਡਿਠੋ ਚਾਉ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 463)

ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੰਗਤੀਆਂ ਵਿਚ:

- **ਆਪੀਨੈ੍ ਆਪੁ ਸਾਜਿਓ** ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ – ਆਦਿਮ ਚੇਤਨਾ, ਬ੍ਰਹਮ ਚੇਤਨਾ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸਾਜਿਆ।[1] ਕੀ ਸਾਜਿਆ?
- **ਆਪੀਨੈ੍ ਰਚਿਓ ਨਾਉ** ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ – ਉਸ ਚੇਤਨਾ ਨੇ 'ਨਾਮ' ਰਚਿਆ। ਨਾਮ 'ਹੋਂਦ' ਤੋਂ 'ਥੀਂਦ' ਦੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ ਜਾਂ ਇਉਂ ਕਹੀਏ ਕਿ ਇਹ ਨਿਰਗੁਣ ਤੋਂ ਸਰਗੁਣ ਦਾ ਪਰਿਵਰਤਨ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਬ੍ਰਹਮ ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਸਫੁਰ ਅਵਸਥਾ ਵੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- **ਦੁਯੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਾਜੀਐ** ਸਫੁਰ ਬ੍ਰਹਮ ਚੇਤਨਾ ਸਿਰਜਨਾਤਮਕ ਚੇਤਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਸਿਰਜਨਾ ਰਾਹੀਂ ਥੀਂਦ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਜੁਗਤਿ ਨਾਲ ਹੀ ਕੁਦਰਤਿ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਹੋਇਆ।
- **ਕਰਿ ਆਸਣੁ** ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ – ਨਾਮ ਰੂਪ ਚੇਤਨਾ ਕੁਦਰਤਿ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹੋ ਗਈ। ਕੁਦਰਤਿ ਸਿਰਜਨ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਉਹ ਸਮਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਗਈ, ਨਾ ਹੀ ਕਿਤੇ ਚਲੀ ਗਈ, ਸਗੋਂ ਕੁਦਰਤਿ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਿਆਪ ਗਈ। ਕੁਦਰਤਿ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਗਈ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਤਾਂ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਪਾਰ ਵੀ ਹੋ ਗਈ, ਸੋ ਬਾਹਰ ਵੀ ਬਣੀ ਰਹੀ। ਯਥਾ:

  ਸੋ ਅੰਤਰਿ ਸੋ ਬਾਹਰਿ ਅਨੰਤ॥ *(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 293)*

- **ਡਿਠੋ ਚਾਉ** ਦਾ ਭਾਵ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਚੇਤਨਾ ਆਪਣੀ ਸਿਰਜਨਾ ਦਾ ਚਾਉ

---

1. ਕੁਝ ਵਿਦਵਾਨ 'ਆਪੀਨੈ੍ ਆਪੁ ਸਾਜਿਓ' ਦਾ ਅਰਥ ਕਰਦੇ ਹਨ – ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਜਿਆ। ਪਰ ਇਹ ਅਰਥ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੇ। ਜੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਜਿਆ ਤਾਂ ਕੀ ਉਹ ਆਪੇ ਨੂੰ ਸਾਜਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੈ ਨਹੀਂ ਸੀ? ਜੇਕਰ ਨਹੀਂ ਸੀ ਤਾਂ ਸਾਜਿਆ ਕਿਸ ਨੇ? ਜੇ ਹੈ ਸੀ ਤਾਂ ਫਿਰ ਸਾਜਣ ਦੀ ਲੋੜ ਕਿਵੇਂ ਹੋਈ? ਇਸ ਲਈ ਸਹੀ ਅਰਥ 'ਆਪੀਨੈ੍ ਆਪੁ ਸਾਜਿਓ' ਦਾ ਹੈ – ਆਪਣੇ ਆਪ ਸਾਜਿਆ ਤੇ ਸਾਜਿਆ ਕੀ? ਸਾਜਿਆ ਆਪਣਾ ਨਾਉਂ। ਨਾਉਂ ਤੋਂ ਬਾਦ ਦੂਜੀ ਥਾਂ ਕੁਦਰਤ ਸਾਜੀ। ਜੇ ਉਸ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤੇ ਫਿਰ ਨਾਉਂ ਨੂੰ ਸਾਜਿਆ ਤਾਂ ਫਿਰ ਕੁਦਰਤ ਨੂੰ ਦੂਜੀ ਥਾਂ ਨਹੀਂ, ਤੀਜੀ ਥਾਂ ਕਿਹਾ ਹੁੰਦਾ।

ਮਨਾਉਂਦੀ ਅਨੰਦ ਰੂਪ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤ ਹੋ ਉੱਠੀ ਤੇ ਸੰਪੂਰਨ ਸਤਿ-ਚਿੱਤ-ਅਨੰਦ ਰੂਪ ਵਿਚ ਵਿਦਮਾਨ ਹੋਈ।

ਉਹ ਚੇਤਨਾ ਜੋ ਆਦਿ ਤੋਂ ਸਮਾਧੀ ਸਥਿਤ ਸੀ, ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਰਜਨਾ ਦੀ ਲੋੜ ਕਿਵੇਂ ਪੈ ਗਈ? ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਗੁਰੂ ਜੀ ਅਗਲੀ ਤੁਕ ਵਿਚ ਦੱਸਦੇ ਹਨ:

ਦਾਤਾ ਕਰਤਾ ਆਪਿ ਤੂੰ ਤੁਸਿ ਦੇਵਹਿ ਕਰਹਿ ਪਸਾਉ॥

(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 463)

ਉਹ ਸਤਿ-ਚਿੱਤ-ਅਨੰਦ ਰੂਪ ਬ੍ਰਹਮ ਚੇਤਨਾ ਵਾਲਾ ਪਰਮੇਸਰ ਅਤਿਅੰਤ ਪਿਆਰਵਾਨ ਹੈ। ਯਥਾ:

ਆਪੇ ਪ੍ਰੀਤਿ ਪ੍ਰੇਮ ਪਰਮੇਸੁਰੁ ਕਰਮੀ ਮਿਲੈ ਵਡਾਈ॥

(ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1330)

ਪਿਆਰ ਕੇਵਲ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਲੁਟਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਮੰਗਦਾ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਪਰ ਉਸ ਆਦਿਮ ਬ੍ਰਹਮ, ਇਕ ਓਅੰਕਾਰ ਤੋਂ ਸਿਵਾਇ ਤਾਂ ਹੋਰ ਕੁਝ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਆਪਣਾ ਪਿਆਰ ਕਿਸ ਨੂੰ ਲੁਟਾਉਂਦਾ? ਸੋ ਪਿਆਰ ਲੁਟਾਉਣ ਹਿੱਤ ਉਸ ਨੇ ਸਿਰਜਨਾ ਕੀਤੀ:

- **ਤੁਸਿ** ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ - (ਪਿਆਰ ਵਿਚ) ਤ੍ਰੁੱਠ ਕੇ, ਮਿਹਰਬਾਨ ਹੋ ਕੇ।
- **ਦੇਵਹਿ** ਤੋਂ ਭਾਵ ਦੇਂਦਾ ਹੈ (ਪਿਆਰ ਦੀ ਦਾਤ)।
- **ਕਰਹਿ ਪਸਾਉ** ਭਾਵ ਪਸਾਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਥਵਾ ਸਮਸਤ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਸਿਰਜ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

ਇਉਂ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪਿਆਰ ਦੇਣ ਦਾ ਭਾਵ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਗਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਿਰਜਨਾ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਮਗਰੋਂ। ਤਦੇ ਉਪਰੋਕਤ ਪੰਕਤੀ ਵਿਚ ਉਸ ਨੂੰ 'ਦਾਤਾ' ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ 'ਕਰਤਾ' ਮਗਰੋਂ।

ਚੇਤਨਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਚੇਤੰਨ ਹੈ। ਇਹ ਅਨੰਤ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਸਦੀਵੀ ਵੀ, ਪਰ ਅਰੂਪ ਹੈ। ਸਮਸਤ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਤਾਈਂ ਇਸੇ ਨੇ ਵਿਗਾਸਵਾਨਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰੇਮ-ਦਾਨ ਦਿੱਤਾ। ਮੂਲ ਚੇਤਨਾ ਅਵਿਅਕਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜਦ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿਚ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿਅਕਤ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਵਿਗਾਸ ਵੀ ਤੋਰਦੀ ਹੈ। ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਇਸ 'ਪੁਰਖ' ਰੂਪ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਧਕ ਮਨੁੱਖ ਇਸ ਦੀ ਝਲਕ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੇ ਰੂਪ ਦਾ ਸ੍ਰੋਤ ਚੇਤਨਾ ਹੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹੋ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਕ-ਨੇਮ ਵਿਚ ਚਲਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਅਰੂਪ ਚੇਤਨਾ, ਰੂਪਵਾਨ ਚੇਤਨਾ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਨਹੀਂ, ਇੱਕੋ ਹੈ। ਅਰੂਪ ਰੂਪ ਵਿਚ ਬਦਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਰੂਪ, ਅਰੂਪ ਵਿਚ। ਅਰੂਪ ਜਦ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਧਕ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦੀ ਸੁਰਤਿ ਤੇ ਆਪਣੀ 'ਮੌਜੂਦਗੀ' ਦਾ ਇਹਸਾਸ ਜਗਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

ਜਦ ਦੈਵੀ ਚੇਤਨਾ ਰੂਪਵਾਨ ਹੋਂਦਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਰੂਪਵਾਨ ਹੋ

ਕੇ ਪ੍ਰਗਟਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਪਈ ਹਉਮੈ ਵਿਚਕਾਰ ਇਕ ਭੀਤ ਇਕ ਬੱਜਰ ਕੰਧ ਖੜੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਮਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਕ ਝਲਕਾ ਇਸ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਅਗਲਾ ਜਨਮ ਮਿਲਦਿਆਂ ਹੀ ਨਵੀਂ ਹਉਮੈ ਦਾ ਪਰਦਾ ਦੁਬਾਰੇ ਉਸ ਨੂੰ ਲੁਕੋ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਜੇ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਹੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਪਰਦਾ ਚਾਕ ਕਰ ਦੇਵੇ, ਉਸ ਦੀ ਕਰਾਰੀ ਭੀਤ ਭੰਨ ਸੁੱਟੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਸੋ ਮੁੜ ਜਨਮ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੀ। ਬਹੁਤ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਵਿਛੜੇ ਹੋਏ ਵੀ ਜੇਕਰ ਆਪਣਾ ਹੁਣ ਦਾ ਜਨਮ ਬ੍ਰਹਮ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦੇ ਲੇਖੇ ਲਗਾ ਦੇਣ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿਚ ਹੀ ਤਾਂ ਭਗਤ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ ਫ਼ੁਰਮਾਂਦੇ ਹਨ :

ਬਹੁਤ ਜਨਮ ਬਿਛੁਰੇ ਥੇ ਮਾਧਉ ਇਹੁ ਜਨਮੁ ਤੁਮ੍ਹਾਰੇ ਲੇਖੇ॥
ਕਹਿ ਰਵਿਦਾਸ ਆਸ ਲਗਿ ਜੀਵਉ ਚਿਰ ਭਇਓ ਦਰਸਨੁ ਦੇਖੇ॥

(ਧਨਾਸਰੀ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ, ਪੰਨਾ 694)

ਬ੍ਰਹਮ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਹੀ ਸੱਚ ਦਾ ਦੀਦਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੱਚ

ਜਿਵੇਂ ਦੁਨਿਆਵੀ ਨਿਆਉਂ ਤੇ ਦੈਵੀ ਨਿਆਉਂ ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਨਿਆਰੇ ਹਨ, ਤਿਵੇਂ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸੱਚ ਤੇ ਦੈਵੀ ਸੱਚ ਵੀ ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਨਿਆਰੇ ਹਨ। ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਦੇ ਦੁਨਿਆਵੀ ਵਿਦਵਾਨ ਅਸਲ ਸੱਚ, ਗਣਿਤ ਤੇ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਸੱਚ ਨੂੰ ਗਰਦਾਨਣ ਲੱਗ ਪਏ ਹਨ। ਪਰ ਇਸ ਸੱਚ ਦਾ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਅੰਤ੍ਰੀਵ ਅਨੁਭਵ ਨਾਲ ਤਾਂ ਕੋਈ ਰਿਸ਼ਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਉਪਰ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰੀਏ ਤਾਂ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਜਿਸ ਨਤੀਜੇ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹ ਆਪਣਾ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਸੱਚ ਮੰਨਦੇ ਰਹੇ, ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ ਉਹ ਗ਼ਲਤ ਸਾਬਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਰਿਹਾ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਤਾਂ ਸਿੱਟੇ ਅਸਥਿਰ ਹਨ, ਬਦਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤਾਂ ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਉਹ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਵਕਤੀ ਸਿੱਟੇ ਹੀ ਮੰਨੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਤੇ ਪਰਿਕਲਪਨਾਵਾਂ ਨਿੱਜੀ ਮਲਕੀਅਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੱਚ ਸਭ ਦਾ ਸਾਂਝਾ ਜ਼ਖ਼ੀਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਵਿਗਿਆਨਾਂ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਵੀ ਤਾਂ ਨਿਰੇ ਤੱਥਾਂ ਉਪਰ ਹੈ। ਸੋਚੀਏ ਤਾਂ ਤੱਥ ਤੇ ਸੱਚ ਵਿਚ ਬੜਾ ਅੰਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੱਥ ਸਾਡੇ ਬਾਹਰ ਪਏ ਲੱਭਦੇ ਹਨ, ਸੱਚ ਅੰਦਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੱਥ ਭਾਵੁਕ ਪੱਖੋਂ ਠੰਢਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੱਚ ਨਿੱਘਾ। ਤੱਥ ਨਿਰਜੀਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸੱਚ ਜੀਵੰਤ। ਤੱਥ ਬੰਜਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸੱਚ ਗਭਰੇਟ। ਇਸ ਲਈ ਤੱਥਾਂ ਪਾਸ ਸੱਚ ਨੂੰ, ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਪਰਮ ਸੱਚ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਕਿਥੋਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ?

ਤੱਥਾਂ ਪਾਸ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਆਦਰਸ਼ ਦੇਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਨਾ ਹੀ ਇਹ ਸੈਭੰ ਚੇਤਨਾ (ਬ੍ਰਹਮ) ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਤਦੇ ਇਹਨਾਂ

ਵਾਲਾ 'ਸੱਚ' ਅਧਿਆਤਮਕ ਸੱਚ ਨਾਲ ਮੇਚ ਨਹੀਂ ਖਾ ਸਕਿਆ, ਸ਼ਾਇਦ ਕਦੇ ਵੀ ਨਾ ਖਾ ਸਕੇ, ਜੇਕਰ ਇਹ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਖੋਜਣ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਨਾ ਹੋਣ। ਜੇਕਰ ਕਦੇ ਹੋਣ ਵੀ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਉਸ ਖੋਜ ਦੇ ਸੰਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮ ਪਾਸੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ।

ਜਿਹੜੇ ਪਰਮ ਸੱਚ ਦੀ ਪਛਾਣ ਅਸੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਉਹ ਬੋਲਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਸੱਚ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਬੋਲਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਸੱਚ ਤਾਂ ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਹਾਲਾਤ, ਵਾਕਿਆਤ ਤੇ ਹੋਰ ਅਜਿਹੇ ਤੱਥਾਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਵੇ। ਪਰ ਹਾਲਾਤ, ਵਾਕਿਆਤ ਆਦਿ ਤੱਥਾਂ ਨੂੰ ਪਰਖਣ ਜੋਖਣ ਲਈ ਸਾਡਾ ਨਿਰਭਰ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰਿਆਂ ਉਪਰ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਗਿਆਨ ਇੰਦਰੇ ਤਾਂ ਭਰਮ-ਵਿਭਰਮ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸੱਚ ਸਮਝ ਕੇ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਕਥਨ ਵੀ ਬੜੀ ਵਾਰ ਅਨਜਾਣਿਆਂ ਅਸੱਚ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਬੋਲੇ ਗਏ ਸੱਚ ਨੂੰ ਅਸੱਚ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜਨਾ ਸੌਖਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਪਰ ਨ ਗਣਿਤ ਨੂੰ, ਨਾ ਵਿਗਿਆਨ ਨੂੰ ਅਜੇ ਤਕ ਉਸ ਪਰਮ ਸਦੈਵੀ ਸੱਚ ਦੀ ਸੂਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਕਹਿ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਹੈ:

ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥
ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 1)*

ਵਿਗਿਆਨਕ ਸੱਚ ਦਾ ਨਾ ਸਾਡੀਆਂ ਨੈਤਿਕ ਕੀਮਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਹੈ, ਨਾ ਸਾਡੀ ਬਿਬੇਕਵਾਨ ਜ਼ਮੀਰ ਨਾਲ, ਨਾ ਮੁਕਤੀ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਤੇ ਨਾ ਧਰਮ ਨਾਲ। ਜਿਸ ਸੱਚ ਦੀ ਬਾਤ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਪਾਈ ਹੈ, ਉਹ ਨਿਹਕਲੰਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਵਿੱਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਿਰਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਵਿਆਪਕ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪਾਰਗਾਮੀ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਸਤ ਵਿਸ਼ਵ ਦੀ ਆਤਮਾ (ਪਰਮਾਤਮਾ) ਦਾ ਗੁਣ ਵੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਸੱਚ, ਸੱਚਾ ਜਾਂ ਸਚਿਆਰਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਯਥਾ:

ਸਾਚੇ ਸਚਿਆਰ ਵਿਟਹੁ ਕੁਰਬਾਣੁ ॥ *(ਸੋਰਠਿ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 597)*

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਂ ਉਸ ਚੇਤਨਾ (ਬ੍ਰਹਮ) ਦੀ ਗੱਲ ਕਰ ਆਏ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਵੰਡਣ ਹਿਤ ਸਿਰਜਨਾ ਕੀਤੀ। ਉਹੀ ਕਰਤਾਰ ਪਿਆਰ ਵੀ ਹੈ, ਉਹੀ ਸੱਚ ਵੀ। ਉਸ ਦਾ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸੱਚ ਜੁਦਾ-ਜੁਦਾ ਨਹੀਂ, ਇੱਕੋ ਹਨ - ਇਕ-ਰੂਪ। ਇਹ ਇਕ-ਰੂਪ ਸੱਚ ਸਦੈਵ ਵੀ ਹੈ, ਵਿਆਪਕ ਵੀ ਹੈ, ਪਾਰਗਾਮੀ ਵੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਸਮਸਤ ਦਿਸਦੇ ਤੇ ਅਦਿੱਸਦੇ ਦਾ ਮੌਲਿਕ ਸਾਰ (essence) ਵੀ ਹੈ। ਇਹ ਕੋਈ ਵਸਤ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਵਸਤ-ਅਵਸਤ ਸਭ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਹੈ, ਜੋ ਚੇਤਨ ਹੈ। ਇਹ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਵੀ ਹੈ - ਇਸ ਨਾਤੇ ਸਿਰਜਕ ਵੀ ਹੈ, ਪ੍ਰਤਿਪਾਲਕ ਵੀ ਤੇ ਵਿਨਾਸ਼ਕਾਰਕ ਵੀ। ਇਹੋ ਹਰ ਜੀਵ ਦੇ ਅਸਤਿਤਵ ਦਾ ਸਾਰ ਵੀ ਹੈ - ਜੀਵੰਤ, ਅੰਤਰਯਾਮੀ, ਅਨੁਭਵਸ਼ੀਲ। ਹਰ ਜੀਵ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬੈਠਾ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਿਚ ਸਾਂਭੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਜੀਵਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਅਜੀਵ ਵਸਤਾਂ

ਵਿਚ ਵੀ ਉਹ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਹਰ ਵਸਤ ਉਸੇ ਤੋਂ ਉਪਜਦੀ, ਉਸੇ ਤੋਂ ਗੁਣ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦੀ ਤੇ ਉਸੇ ਵਿਚ ਬਿਨਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

ਜਿਸ ਤੇ ਉਪਜੈ ਤਿਸ ਤੇ ਬਿਨਸੈ ਘਟਿ ਘਟਿ ਸਚੁ ਭਰਪੂਰਿ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 20)

ਉਹੀ ਏਕ ਹੈ, ਉਹੀ ਅਨੇਕ, ਉਹੀ ਸਭ ਅੰਦਰ ਵਿਆਪ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਸਭ ਨੂੰ ਭਰਪੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ:

ਏਕ ਅਨੇਕ ਬਿਆਪਕ ਪੂਰਕ ਜਤ ਦੇਖਉ ਤਤ ਸੋਈ॥

(ਆਸਾ ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ, ਪੰਨਾ 485)

ਐਸਾ ਸੱਚ ਜੇ ਕਿਸੇ ਭਾਗਵਾਨ ਦੀ ਮੁੱਠੀ ਵਿਚ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਲਈ ਮੁੱਠੀ ਖੋਲ੍ਹਣੀ ਨਾਵਾਜਬ ਹੋਵੇਗੀ। ਐਸੇ ਸੱਚ ਦੇ ਮੇਲ ਤੋਂ ਸੱਚ ਉਪਜਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਚਿਆਰ ਆਤਮਾਵਾਂ ਉਸ ਸੱਚ ਵਿਚ ਹੀ ਸਮਾ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਯਥਾ:

ਸਚੁ ਮਿਲੈ ਸਚੁ ਊਪਜੈ ਸਚ ਮਹਿ ਸਾਚਿ ਸਮਾਇ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 18)*

ਐਸੀ ਸਮਾਈ ਨੂੰ ਹੀ 'ਸਚਖੰਡਿ' ਵਿਚ ਸਮਾਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਸਚਖੰਡ

ਸਚ ਖੰਡਿ ਵਸੈ ਨਿਰੰਕਾਰੁ॥
ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ॥
ਤਿਥੈ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡ॥
ਜੇ ਕੋ ਕਥੈ ਤ ਅੰਤ ਨ ਅੰਤ॥
ਤਿਥੈ ਲੋਅ ਲੋਅ ਆਕਾਰ॥
ਜਿਵ ਜਿਵ ਹੁਕਮੁ ਤਿਵੈ ਤਿਵ ਕਾਰ॥
ਵੇਖੈ ਵਿਗਸੈ ਕਰਿ ਵੀਚਾਰੁ॥
ਨਾਨਕ ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 8)*

ਸਚਖੰਡਿ ਦਾ ਵਰਣਨ ਜਪੁ ਜੀ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੱਖਰੀ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਇਆ, ਸਗੋਂ ਜਿਸ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਪਹਿਲਾਂ ਕਰਮ ਖੰਡ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਉਸੇ ਵਿਚ ਅੱਗੇ ਸਚਖੰਡਿ ਦਾ ਵਰਣਨ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਪੜਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਆਤਮਾਵਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਹੈ, ਜੋ ਕਰਮ ਖੰਡ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਸਾਜੁਜ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਂਦ, ਜੁੜੀਆਂ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਅਜੇ ਕਿਸੇ ਹੱਦ ਤਕ ਵੱਖ ਪਛਾਣੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਦੈਵੀ ਕਰਮ (ਨਦਰਿ) ਦੁਆਰੇ ਸਾਧਕ ਦੀ ਆਤਮਾ ਜੋ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਾਲ ਪੈਵਸਤ ਹੋਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨਾਲ ਜੁੜੇ (ਸਾਜੁਜ) ਹੋਣ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਜੇ ਕੋਈ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਚਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਕੇਵਲ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸਮਾ ਜਾਣ ਦੀ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਐਸਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੋਈ ਵੱਖਰੀ ਆਤਮਾ ਨਜ਼ਰ

ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਉਹ ਤਾਂ ਸੱਚ ਨਿਰੰਕਾਰ ਵਿਚ ਸਮਾ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੂਫ਼ੀ ਇਸਤਲਾਹ ਵਿਚ ਇਸ ਨੂੰ ਅੱਲਾਹ ਵਿਚ ਫ਼ਨਾ ਹੋ ਜਾਣਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਚਖੰਡਿ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਨਿਰੰਕਾਰ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ:

ਸਚ ਖੰਡਿ ਵਸੈ ਨਿਰੰਕਾਰੁ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 8)*

ਪਰ ਇਹ ਨਿਰੰਕਾਰ ਕਿਸੇ ਸਥਾਨ, ਕਿਸੇ ਸੀਮਾ ਅੰਦਰ ਤਾਂ ਰਹਿੰਦਾ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਲਈ ਸਚਖੰਡਿ, ਵਿਸ਼ਵ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਪਾਸਾਰੇ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਡਾ ਹੈ। ਸਭ ਦੁਨਿਆਵਾਂ, ਸਾਰੇ ਸੂਰਜਾਂ, ਤਮਾਮ ਕਹਿਕਸ਼ਾਵਾਂ (ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਭਾਲ ਸਕਿਆ ਹੈ ਤੇ ਜੋ ਅਜੇ ਤਕ ਵੀ ਨਹੀਂ ਭਾਲ ਸਕਿਆ), ਸਾਰੀਆਂ ਸਚਖੰਡਿ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹਨ ਤੇ ਸਚਖੰਡਿ ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਬੇਅੰਤ ਵਿਸ਼ਾਲ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਕੋਈ ਹੱਦ ਨਹੀਂ, ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਸਾਰੇ ਹੱਦਾਂ ਵਿਚ ਹਨ। ਸਚਖੰਡਿ ਵਾਲਾ ਨਿਰੰਕਾਰ ਵੱਡੇ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਆਕਾਰ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਡਾ ਹੈ ਤੇ ਨਿੱਕੇ ਤੋਂ ਨਿੱਕੇ ਨਿਮਨਾਣੂ ਤੋਂ ਵੀ ਨਿੱਕਾ। ਇਕ ਧਿਰ ਵਿਸ਼ਵ ਜਾਂ ਖ਼ਬਰੇ ਵਿਸ਼ਵਾਂ ਦੀਆਂ ਸਭ ਦੁਨਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸਮੇਟੀ ਬੈਠਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਹਰ ਨਿਮਨਾਣੂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਵਿਦਮਾਨ ਹੋਇਆ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਨੇਮ ਰਿਹਾ ਤੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਤਾਂ ਦੋਹਾਂ ਪਾਸਿਆਂ – ਗੁਰੁਤਾ ਤੇ ਲਘੁਤਾ – ਦੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਦਾ ਕੋਈ ਪਾਰਾਵਾਰ ਨਹੀਂ। ਨਾ ਉਹ ਮੀਜੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਨਾ ਕਿਸੇ ਲੇਖੇ ਵਿਚ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੀ ਨਿਹਾਲਤਾ ਭਰੀ ਨਦਰਿ ਹਰ ਸਮੇਂ ਉਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਉਪਰ ਪੈਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਬੇਅੰਤ ਦੈਵੀ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਵਰਣਨ ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਵਿਚ ਵੀ ਆਇਆ ਸੀ। ਉਸ ਦੇ ਨਾਦ ਬਿਨੋਦ ਆਦਿ ਵੀ ਹੈਰਤ ਤੇ ਵਿਸਮਾਦ ਜਗਾਉਂਦੇ ਸਨ, ਪਰ ਉਹ ਸਾਰੇ ਦਿੱਸਦੇ ਪਦਾਰਥਕ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਸਨ। ਪਰ ਜਿਸ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦਾ ਵਰਣਨ ਸਚਖੰਡਿ ਵਿਚ ਹੈ, ਉਹ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨਿਰਾਕਾਰ ਰੂਪ ਵਿਚ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਰੂਪ ਮੁਕਤੀ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਨੂੰ ਨਿਰੰਕਾਰੀ ਚੇਤਨਾ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰ ਕੇ ਪ੍ਰਸੰਨ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਮਾਲਦੀ ਹੈ। ਐਸੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਕਹਿਣ ਕਥਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੈ:

ਜੇ ਕੋ ਕਥੈ ਤ ਅੰਤ ਨ ਅੰਤ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 8)*

ਜਿਵੇਂ ਵੀ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦਾ ਹੁਕਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਾਰੀ ਬੇਅੰਤਤਾ ਦਾ ਹਰ ਵੱਡਾ ਛੋਟਾ ਅੰਗ ਉਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਵਿਗਾਸ ਨੂੰ ਵੇਖ ਵੇਖ ਨਿਰੰਕਾਰ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਬੇਅੰਤਤਾ ਬਾਰੇ ਕਥਨ ਕਰਨਾ ਫ਼ੌਲਾਦ ਵਰਗਾ ਕਰੜਾ ਤੇ ਕਠਿਨ ਕੰਮ ਹੈ:

ਨਾਨਕ ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ॥ *(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 8)*

ਇਉਂ ਵੀ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਚਖੰਡਿ ਅੰਦਰ ਅਨੰਤ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲਤਾ ਹਰ ਵੇਲੇ ਵਾਪਰ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਖੰਡ ਵਿਚ ਨਿਰਗੁਣ ਦਾ ਨਿਰਪੇਖ ਸੱਚ ਸਰਗੁਣ ਦੇ ਸਾਪੇਖ ਸੱਚ ਵਿਚ ਵੱਟਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੇ ਅਫੁਰ ਤੋਂ ਸਫੁਰ ਹੋਣ ਦਾ ਤੇ ਸਫੁਰ ਤੋਂ ਅਫੁਰ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ ਵੀ ਇਸੇ ਵਿਚ ਵਰਤਦਾ ਹੈ।

ਸਮਝਣ ਦੀ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਨਾ ਹੀ ਇਹ ਖੰਡ ਕੋਈ ਸਥਾਨ ਹੈ[2] ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਨਿਰੰਕਾਰ ਕੋਈ ਦੇਹਧਾਰੀ ਵਿਅਕਤੀ। ਸਚਖੰਡਿ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਦਾਤ ਅਧਿਆਤਮਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ (spiritscape) ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਕੇਵਲ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦਾ ਹੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਹੈ ਤੇ ਹੋਰ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਵਾਪਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਬਣਦਾ ਤੇ ਟੁੱਟਦਾ ਸਭ ਕੁਝ ਉਸ ਦੇ ਕਵਾਉ ਨਾਲ ਹੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ[3]:

ਉਤਪਤਿ ਪਰਲਉ ਸਬਦੇ ਹੋਵੈ ॥
ਸਬਦੇ ਹੀ ਫਿਰਿ ਓਪਤਿ ਹੋਵੈ ॥ *(ਮਾਝ ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 117)*

ਤੂੰ ਹੀ

-1-

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਇਕ ਸਦੀਵਕਾਲੀ 'ਤੂੰ' ਤੇ ਇਕ ਸਰਬ-ਵਿਆਪੀ 'ਤੁਸੀਂ' ਹੈ, ਜੋ ਹਰ ਪਲ ਆਪਣੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਅਤਿ ਨਿਗੂਣੀ 'ਮੈਂ' ਨਾਲ ਵੀ ਹਮ-ਕਲਾਮ ਹੁੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਅਨੁਭਵ ਰਾਹੀਂ ਸਾਨੂੰ ਦੈਵੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਇਹਸਾਸ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਬਾਰੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਕਥਨਾਂ ਤੋਂ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਗਟ ਨਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਦਾ ਗਿਆਨ ਕਦਾਚਿਤ ਨਾ ਹੋ ਸਕੇ। ਸਾਡੇ ਤਾਈਂ ਉਹ ਪਰਮ-ਆਤਮਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪ੍ਰਗਟਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਣਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਸਾਡੇ ਲਈ ਵੀ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਵਿਚ ਕਦੇ ਦੋ ਧਿਰਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਸਗੋਂ ਆਤਮਾ ਪਰਮ-ਆਤਮਾ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਰੱਬੀ 'ਤੂੰ' ਤੇ ਮਨੁੱਖੀ 'ਮੈਂ' ਭਾਵੇਂ ਵੱਖਰੇ ਜਾਪਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਵੀ ਆਪੋ ਵਿਚ ਅਨਿੱਖੜ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਰਹੱਸ ਤਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਫਿਰ ਵੀ ਉਹ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ, ਆਪਣੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਤੇ ਆਪਣੀ ਭਾਵੀ ਵਾਰ ਵਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਸ੍ਵੈ-ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਹੱਥੀਂ ਹੀ ਮਨੁੱਖੀ ਹੋਂਦ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਉਤਪੰਨ ਹੋਈ ਹੈ ਤੇ ਇਸੇ ਸਦਕੇ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਬਾਰੇ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ 'ਜੀ ਆਇਆਂ' ਆਖਣ ਲਈ ਕਿਉਂ ਨਾ ਤੱਤਪਰ ਰਹੀਏ? ਇਸ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦੇ ਦੋ ਪਹਿਲੂ ਹਨ – ਇਕ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਅਟੱਲ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੇ ਦੂਜਾ ਇਹ ਇਤਬਾਰ ਕਿ ਆਪਣਾ ਸ੍ਵੈ-ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕਰਨਾ ਵੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਵਿਚ ਹੀ ਉਸ ਦੀ 'ਤੂੰ' ਤੇ ਸਾਡੀ 'ਮੈਂ' ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਜੁੜਦਾ ਹੈ।

---

2. ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਕੋਈ ਖੰਡ ਵੀ ਭੌਤਿਕ ਸਥਾਨ ਨਹੀਂ। ਧਰਮ ਖੰਡ ਭਾਵੇਂ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਉਹ ਅਸਲੋਂ ਇਕ ਅਧਿਆਤਮਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ (spiritscape) ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਸਾਧਕ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਨਾਲ ਹੈ, ਧਰਤੀ ਨਾਲ ਨਹੀਂ।
3. ...ਦੇ ਲੈਸਹਿ ਜਿੰਦੁ ਕਵਾਉ ॥ *(ਵਾਰ ਆਸਾ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 463)*

ਉਸ ਉਪਰ ਸਾਡਾ ਅਨਿੰਨ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਕਿਥੋਂ ਬਣੇਗੀ ? ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਯਕੀਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਉਸ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਉਸ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਨਿੱਜੀ ਵਾਕਫ਼ੀ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਵਾਕਫ਼ੀ ਤਾਂ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੇ ਮਾਨਵੀ 'ਮੈਂ' ਦੈਵੀ ਤੇ ਸਦੈਵੀ 'ਤੂੰ' ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਰਾਬਤਾ ਕਾਇਮ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ 'ਮੈਂ' ਨੂੰ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਤਾਂ 'ਤੂੰ' ਕਰਕੇ ਹੀ ਹੈ। 'ਤੂੰ' ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤਾਂ ਉਹ ਕਦੇ ਹੋ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ। ਇਥੇ ਅਪੜ ਕੇ 'ਮੈਂ' ਆਤਮ-ਸਮਰਪਨ ਕਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ 'ਤੂੰ ਹੀ, ਤੂੰ ਹੀ' ਕਰਨ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

-2-

ਜਿਹੜੀ ਆਤਮਾ ਵੀ ਸੱਚ ਵਿਚ ਸਮਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਾਲ ਇਕਮਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਉਂ ਜਿਵੇਂ :

ਸੂਰਜ ਕਿਰਣਿ ਮਿਲੇ ਜਲ ਕਾ ਜਲੁ ਹੂਆ ਰਾਮ ॥
ਜੋਤੀ ਜੋਤਿ ਰਲੀ ਸੰਪੂਰਨੁ ਥੀਆ ਰਾਮ ॥ *(ਬਿਲਾਵਲੁ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 846)*

ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਇਕਮਿਕਤਾ ਦੀ ਸ਼ਾਹਦੀ ਕਬੀਰ ਜੀ ਇਉਂ ਭਰਦੇ ਹਨ :

ਅਬ ਹਮ ਤੁਮ ਏਕ ਭਏ ਹਹਿ ਏਕੈ ਦੇਖਤ ਮਨੁ ਪਤੀਆਹੀ ॥
(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 339)

ਐਸੀਆਂ ਆਤਮਾਵਾਂ ਦਾ ਤਾਂ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਮਿਟ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।[4] ਫਿਰ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਸਰੀਰ ਧਾਰ ਕੇ ਮੁੜ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ? ਇਹ ਆਤਮਾਵਾਂ ਦੈਵੀ ਆਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਜਨ-ਕਲਿਆਣ ਹਿਤ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਮੁੜ ਜਨਮ ਆ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ[5] :

ਜਨਮ ਮਰਣ ਦੁਹਹੂ ਮਹਿ ਨਾਹੀ ਜਨ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਆਏ ॥
ਜੀਅ ਦਾਨੁ ਦੇ ਭਗਤੀ ਲਾਇਨਿ ਹਰਿ ਸਿਉ ਲੈਨਿ ਮਿਲਾਏ ॥
(ਸੂਹੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 749)

ਐਸੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਮਿਲਦੇ ਤਾਂ ਭਾਵੇਂ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਹੀ ਹਨ, ਪਰ ਇਥੇ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਵੀ ਉਹ ਸਚਖੰਡਿ ਵਿਚ ਹੀ ਬਿਰਾਜਮਾਨ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ/ ਸੰਪਰਕ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਾਲ ਨਿਰੰਤਰ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜੋ ਕਰਮ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੇ ਨਮਿਤ ਉਸ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਉਸ ਦੀ ਪਾਵਨ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿਚ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਨ :

ਜੋ ਕਛੁ ਕਰੀ ਸੁ ਤੇਰੈ ਹਦੂਰਿ ॥ *(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 25)*

---

4. ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੁਹੁ ਤੇ ਰਹਿਓ ॥ *(ਗਉੜੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 241)*

5. ਸੂਫ਼ੀ ਇਸਤਲਾਹ ਵਿਚ ਸੱਚਖੰਡ ਵਿਚ ਸਮਾ ਜਾਣ ਨੂੰ 'ਫ਼ਨਾ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਥੋਂ ਮੁੜ ਆਉਣ ਨੂੰ 'ਬਕਾ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਐਸੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਕਦੇ ਬਿਰਹੇ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਇਥੇ ਵੀ ਉਹ ਥਿਰ-ਸੰਜੋਗ ਵਿਚ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਉਹ ਆਤਮਿਕ ਆਵੇਸ਼ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਬੇਖ਼ਬਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਹਰਥੇ ਆਪਣੇ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ 'ਤੂੰ ਹੀ! ਤੂੰ ਹੀ!' ਪੁਕਾਰਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਵਾਰ ਮਾਝ ਵਿਚ "ਏਕ ਤੂਹੀ ਏਕ ਤੁਹੀ"[6] ਦੀ ਧੁਨਿ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਭਗਤ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ ਉਸ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਹੈਰਾਨੀ ਹੰਢਾਉਂਦਿਆਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਕਹਿ ਰਵਿਦਾਸ ਅਕਥ ਕਥਾ ਬਹੁ ਕਾਇ ਕਰੀਜੈ॥
ਜੈਸਾ ਤੂ ਤੈਸਾ ਤੁਹੀ ਕਿਆ ਉਪਮਾ ਦੀਜੈ॥

(ਬਿਲਾਵਲੁ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ, ਪੰਨਾ 858)

ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨੂੰ ਹਰ ਥਾਂ ਹਰ ਵੇਲੇ ਪ੍ਰਤੱਖ ਵੇਖ ਕੇ ਫ਼ੁਰਮਾਂਦੇ ਹਨ:

ਅਬ ਤਬ ਜਬ ਕਬ ਤੁਹੀ ਤੁਹੀ॥ *(ਰਾਮਕਲੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 969)*

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਸਾਗਰ ਵਿਚ ਮਛਲੀ ਦਾ ਰੂਪਕ ਵਰਤ ਕੇ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੀ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕਤਾ ਨੂੰ ਇਉਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਤੂ ਦਰੀਆਉ ਦਾਨਾ ਬੀਨਾ ਮੈ ਮਛੁਲੀ ਕੈਸੇ ਅੰਤੁ ਲਹਾ॥
ਜਹ ਜਹ ਦੇਖਾ ਤਹ ਤਹ ਤੂ ਹੈ ਤੁਝ ਤੇ ਨਿਕਸੀ ਫੂਟਿ ਮਰਾ॥

(ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 25)

ਅਜਿਹੀਆਂ ਮਹਾਨ ਆਤਮਾਵਾਂ ਕੇਵਲ ਆਪ ਹੀ 'ਤੂੰ ਹੀ, ਤੂੰ ਹੀ' ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਂਗ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਵ-ਜੰਤੂ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਦੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਫ਼ੁਰਮਾਂਦੇ ਹਨ:

ਜੋ ਬੋਲਤ ਹੈ ਮ੍ਰਿਗ ਮੀਨ ਪੰਖੇਰੂ ਸੁ ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਜਾਪਤ ਹੈ ਨਹੀ ਹੋਰ॥

(ਮਲਾਰ ਮ: 4, ਪੰਨਾ 1265)

ਸੋ ਸਾਰੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਅ-ਜੰਤ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨੂੰ ਹੀ ਚੇਤੇ ਕਰਦੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

ਬਾਬੀਹਾ ਪ੍ਰਿਉ ਪ੍ਰਿਉ ਕਰੇ ਜਲਨਿਧਿ ਪ੍ਰੇਮ ਪਿਆਰਿ॥

(ਸਲੋਕ ਵਾਰਾਂ ਤੇ ਵਧੀਕ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1419)

ਤੇ ਇਕਥੇ ਹੋਰ ਫ਼ੁਰਮਾਂਦੇ ਹਨ:

ਬਾਬੀਹਾ ਜਿਸ ਨੋ ਤੂ ਪੂਕਾਰਦਾ ਤਿਸ ਨੋ ਲੋਚੈ ਸਭੁ ਕੋਇ॥

(ਵਾਰ ਮਲਾਰ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1281)

ਕੇਵਲ ਜੀਅ-ਜੰਤ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਹਰ ਵਸਤ 'ਤੂੰ ਹੀ, ਤੂੰ ਹੀ' ਬੋਲਦੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਨੂੰ ਖੂਹ 'ਤੇ ਚੱਲਦਾ ਹਰਹਟ ਵੀ 'ਤੂੰ ਤੂੰ' ਕਰਦਾ ਭਲਾ ਬੋਲਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਹਰਹਟ ਭੀ ਤੂੰ ਤੂੰ ਕਰਹਿ ਬੋਲਹਿ ਭਲੀ ਬਾਣਿ॥

(ਸਲੋਕ ਵਾਰਾਂ ਤੇ ਵਧੀਕ, ਮ: ੩, ਪੰਨਾ 1420)

---

6. ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 143.

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੂੰ ਸੰਸਾਰ ਦੀ, ਇਤਿਹਾਸ ਦੀ, ਮਿਥਿਹਾਸ ਦੀ ਹਰ ਵਸਤ 'ਤੂੰ ਹੀ, ਤੂੰ ਹੀ' ਕਰਦੀ ਹੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਸਗੋਂ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਉਂਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੋ ਦਰੁ ਦੀ ਰਚਨਾ[7] ਵਿਚ ਐਸੇ ਵਿਸ਼ਵ-ਗਾਨ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਹੈ:

ਵਾਜੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥
ਕੇਤੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਨਿ ਕੇਤੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥
ਗਾਵਹਿ ਤੁਹਨੋ ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥
ਗਾਵਹਿ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਹਿ ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਵੀਚਾਰੇ ॥
ਗਾਵਹਿ ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥
ਗਾਵਹਿ ਇੰਦ ਇਦਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥
ਗਾਵਹਿ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਸਾਧ ਵਿਚਾਰੇ ॥
ਗਾਵਨਿ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਹਿ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥
ਗਾਵਨਿ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸਰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥
ਗਾਵਹਿ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗਾ ਮਛ ਪਇਆਲੇ ॥
ਗਾਵਨਿ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥
ਗਾਵਹਿ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ ਗਾਵਹਿ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥
ਗਾਵਹਿ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਧਾਰੇ ॥
ਸੇਈ ਤੁਧੁਨੋ ਗਾਵਹਿ ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥

(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 6)

ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵ-ਗਾਨ ਗਾਵਣਹਾਰਿਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਕਦੇ ਖ਼ਤਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਮਹਾਰਾਜ ਫ਼ੁਰਮਾਂਦੇ ਹਨ:

ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਗਾਵਨਿ ਸੇ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ ਨਾਨਕੁ ਕਿਆ ਵੀਚਾਰੇ ॥

(ਜਪੁ ਜੀ, ਪੰਨਾ 6)

-3-

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਸੁਲਤਾਨਪੁਰ ਲੋਧੀ ਦੇ ਮੋਦੀਖ਼ਾਨੇ ਵਿਚ ਵਸਤਾਂ ਤੋਲ ਤੋਲ ਕੇ ਆਪਣੇ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਂਦੇ ਸਨ। ਜਦ ਵੀ ਪਲੜਾ ਤੋਲ ਕੇ ਪਲਟਦੇ ਤਾਂ ਗਿਣਤੀ ਕਰੀ ਜਾਂਦੇ – ਇਕ, ਫਿਰ ਦੋ...ਜਿਤਨੇ ਪਲੜੇ ਦੇਂਦੇ ਉਤਨੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰੀ ਜਾਂਦੇ। ਇਕ ਦਿਨ ਇਕ ਗਾਹਕ ਨੂੰ ਜਦ ਤੇਰ੍ਹਵਾਂ ਪਲੜਾ ਪਲਟਾਇਆ ਤਾਂ ਤੇਰਾ (13) ਕੀ ਆਖਿਆ, ਕਿ ਸੁਰਤਿ **ਤੇਰਾ (ਤੂੰ ਦਾ)** ਵਿਚ ਖੁੱਭ ਗਈ। ਫਿਰ ਜਿਤਨੇ ਵੀ ਹੋਰ ਪਲੜੇ ਪਲਟਾਈ ਗਏ, ਹਰੇਕ ਵਾਰੀ 'ਤੇਰਾ ਤੇਰਾ' ਕਹੀ ਤੁਰੀ ਗਏ, ਕਿਉਂਕਿ 'ਤੇਰਾ ਤੇਰਾ' ਦਾ ਵਜਦ ਤਾਰੀ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਵਜਦ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਤਨੀ ਦੇਰ 'ਤੇਰਾ ਤੇਰਾ' ਕਰਦੇ ਚਲੇ ਗਏ।

---

7. ਸੋ ਦਰੁ ਦੀ ਰਚਨਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਵਾਰੀ ਆਈ ਹੈ – ਇਕ ਵਾਰੀ ਜਪੁ ਜੀ ਸਾਹਿਬ (27ਵੀਂ ਪਉੜੀ), ਦੂਜੀ ਵਾਰ ਰਹਰਾਸਿ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਤੇ ਤੀਜੀ ਵਾਰ ਰਾਗ ਆਸਾ ਦੇ ਪਦਿਆਂ ਵਿਚ।

ਲੋਕਾਂ ਜਾਤਾ, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਮੋਦੀਖ਼ਾਨੇ ਦੀ ਸਾਰੀ ਸਾਮੱਗਰੀ ਆਪਣੇ ਸ਼ੁਦਾਅ ਵਿਚ ਲੁਟਾਈ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਰ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਜੋ ਸਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ 'ਤੇਰਾ' ਸਮਝਦਾ ਸੀ, ਉਸ ਦਿਨ ਆਵੇਸ਼ ਵਿਚ ਆਇਆ 'ਤੇਰਾ' ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਨਹੀਂ ਸੀ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਬਸ 'ਤੇਰਾ ਤੇਰਾ' ਹੀ ਪੁਕਾਰੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ।

ਆਪਣੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਵੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਅਸਤਿ ਏਕ ਦਿਗਰਿ ਕੁਈ॥
ਏਕ ਤੁਈ ਏਕ ਤੁਈ॥ *(ਵਾਰ ਮਾਝ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 144)*

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਵੀ ਇਕ ਵਚਿੱਤਰ ਵਾਰਤਾ ਐਸੇ ਹੀ ਰੂਹਾਨੀ ਆਵੇਸ਼ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਹੈ। ਆਪ ਆਪਣੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਲਿਖਵਾ ਰਹੇ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਮ ਮਿੱਤਰ ਤੇ ਸੇਵਕ ਭਾਈ ਮਨੀ ਸਿੰਘ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਲਿਪੀਕਾਰ ਸਨ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਲਿਖਵਾਈ ਜਾਂਦੇ ਤੇ ਉਹ ਲਿਖੀ ਜਾਂਦੇ। ਇਕ ਦਿਨ ਗੁਰੂ ਜੀ ਆਪਣੀ ਬਾਣੀ 'ਅਕਾਲ ਉਸਤਤਿ' ਲਿਖਵਾ ਰਹੇ ਸਨ, ਜਦ ਆਪ ਨੇ 'ਲਘੁਨਰਾਜ ਛੰਦ' ਵਿਚ ਹਰੀ ਦੀ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕਤਾ ਬਾਰੇ ਇਹ ਬੋਲ ਉਚਾਰੇ:

ਜਲੇ ਹਰੀ। ਥਲੇ ਹਰੀ। ਉਰੇ ਹਰੀ। ਬਨੇ ਹਰੀ।...

ਫਿਰ ਹਰੀ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੁਹੀ' ਦੀ ਧੁਨਿ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈ, ਜਿਵੇਂ:

ਜਲਸ ਤੁਹੀਂ। ਥਲਸ ਤੁਹੀਂ। ਨਦਿਸ ਤੁਹੀਂ। ਨਦਸ ਤੁਹੀਂ।...

ਫਿਰ ਅਚਾਨਕ ਆਪ ਬੋਲਣ ਲੱਗ ਪਏ:

ਤੁਹੀਂ ਤੁਹੀਂ। ਤੁਹੀਂ ਤੁਹੀਂ। ਤੁਹੀਂ ਤੁਹੀਂ। ਤੁਹੀਂ ਤੁਹੀਂ।...

ਆਪ 'ਤੁਹੀਂ ਤੁਹੀਂ' ਬੋਲਦੇ ਇਤਨੇ ਮਹਿਵ ਹੋ ਗਏ ਕਿ ਆਪ ਦੇ ਨੇਤਰ ਮੁੰਦੇ ਗਏ ਤੇ ਆਪ ਦੇ ਮੁਖਾਰਬਿੰਦ ਤੋਂ 'ਤੁਹੀਂ ਤੁਹੀਂ' ਦਾ ਸਿਲਸਿਲਾ ਅੱਠ ਹਜ਼ਾਰ ਵਾਰੀ ਤਕ ਚੱਲਦਾ ਗਿਆ ਤੇ ਭਾਈ ਮਨੀ ਸਿੰਘ ਉਤਨੀ ਹੀ ਵਾਰ ਲਿਖਦੇ ਗਏ। ਜਦ ਨੂੰ ਮਹਾਰਾਜ ਦੇ ਨੇਤਰ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਤਾਂ ਕੀ ਵੇਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਅੱਠ ਹਜ਼ਾਰ ਵਾਰੀ ਹੀ 'ਤੁਹੀਂ ਤੁਹੀਂ' ਲਿਖੀ ਜਾਂਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਤਦ ਹਜ਼ੂਰ ਨੇ ਇਕ ਹਜ਼ਾਰ ਪਿੱਛੇ ਇਕ ਵਾਰੀ, ਭਾਵ ਕੇਵਲ ਅੱਠ ਵਾਰੀ 'ਤੁਹੀਂ ਤੁਹੀਂ' ਲਿਖਿਆ ਰਹਿਣ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਬਾਕੀ ਸਾਰਿਆਂ ਉੱਤੇ ਹੜਤਾਲ ਫਿਰਵਾ ਦਿੱਤੀ। ਇਹ ਅੱਠ ਵਾਰੀ ਦਾ 'ਤੁਹੀਂ ਤੁਹੀਂ' ਅਕਾਲ ਉਸਤਤਿ ਬਾਣੀ ਵਿਚ 69ਵੇਂ ਤੇ 70ਵੇਂ ਛੰਦਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਸਤੁਤ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਯਹੂਦੀ ਧਰਮ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਮਾਰਟਿਨ ਲੂਥਰ ਰੱਬ ਨੂੰ **ਸਦੀਵਕਾਲੀ ਤੂੰ** ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਡੈਨਮਾਰਕ ਦਾ ਸੋਇਰਨ ਕਿਰਕੇਗਾਰਡ ਵੀ **ਦੈਵੀ ਤੂੰ** ਨੂੰ **ਪਾਰਗਾਮੀ** ਦੱਸਦਾ ਹੈ।

'ਤੂੰ ਹੀ' ਦੀਆਂ ਮਿਸਾਲਾਂ ਸੂਫ਼ੀ ਸੰਪ੍ਰਦਾਇ ਵਿਚ ਵੀ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੂਫ਼ੀ ਬਾਯਜ਼ੀਦ ਬਿਸਤਾਨੀ ਨੂੰ ਕਈ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੀ ਇਬਾਦਤ ਦੇ ਬਾਦ ਇਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਹੋਈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਉਸ ਨੂੰ ਇਕ ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਦਿੱਸਿਆ, ਜਿਸ ਦੇ ਉਹਲਿਓਂ ਖ਼ੁਦਾ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਆਈ, "ਕੌਣ ਹੈ?" ਤੇ ਬਿਸਤਾਨੀ ਨੇ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ, "ਮੈਂ ਹਾਂ!" ਪਰ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਉਵੇਂ ਦਾ ਉਵੇਂ ਬੰਦ ਰਿਹਾ। ਬੜਾ ਚਿਰ ਹੋਰ ਉਸ ਨੂੰ ਇਬਾਦਤ ਕਰਦਿਆਂ

ਲੰਘਿਆ ਤਾਂ ਦੁਬਾਰੇ ਉਸ ਨੂੰ ਉਹੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਮਿਲੀ ਤੇ ਉਹੀ ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪਿੱਛੋਂ ਫਿਰ ਉਹੀ ਆਵਾਜ਼, "ਕੌਣ ਹੈ?" ਪਰ ਐਤਕੀਂ ਬਿਸਤਾਨੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "**ਤੂੰ ਹੀ ਹੈਂ**" ਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੁੱਲ੍ਹ ਗਿਆ ਤੇ ਉਹ ਰੱਬ ਨਾਲ ਜਾ ਮਿਲਿਆ।

ਸੂਫ਼ੀ ਫ਼ਕੀਰ ਸਰਮਦ ਜੋ ਆਰਮੀਨੀਆ ਤੋਂ ਈਰਾਨ ਦੇ ਰਸਤੇ ਮੁਗ਼ਲਾਂ ਦੇ ਰਾਜ ਦੌਰਾਨ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਆਇਆ ਸੀ, ਦਿੱਲੀ ਦੀਆਂ ਗਲੀਆਂ ਵਿਚ ਨੰਗ-ਧੜੰਗਾ ਤੁਰਿਆ ਫਿਰਦਾ ਸੀ ਤੇ '**ਅਨਲਹਕ! ਅਨਲਹਕ**' ਭਾਵ 'ਮੈਂ ਰੱਬ ਹਾਂ! ਮੈਂ ਰੱਬ ਹਾਂ!' ਪੁਕਾਰਦਾ ਫਿਰਦਾ ਸੀ। ਸ਼ਹਿਨਸ਼ਾਹ ਔਰੰਗਜ਼ੇਬ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਵਾ ਕੇ ਕਾਜ਼ੀਆਂ ਤੋਂ ਫ਼ਤਵਾ ਦਿਵਾਇਆ ਕਿ ਉਹ ਕਾਫ਼ਰ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕਤਲ ਕਰਵਾ ਦਿੱਤਾ।[8] ਸਰਮਦ ਦਾ ਕਥਨ ਕੋਈ ਅਭਿਮਾਨ ਦੀ ਬਾਤ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਸੁਧੇ ਸੱਚ ਦਾ ਵਰਣਨ ਸੀ। ਉਹ ਤਾਂ ਉਹੀ ਕੁਝ ਕਹਿ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਨੇ ਫ਼ੁਰਮਾਇਆ ਸੀ:

ਰਾਮ ਕਬੀਰਾ ਏਕ ਭਏ ਹੈ ਕੋਇ ਨ ਸਕੈ ਪਛਾਨੀ॥

(ਰਾਮਕਲੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 969)

ਇਸੇ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਵੇਦਾਂਤ ਵਿਚ 'ਸੋਹੰ ਹੰਸਾ' (ਭਾਵ ਉਹ ਮੈਂ ਹੈਂ, ਮੈਂ ਉਹ ਹਾਂ) ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦਾ 'ਸੋਹੰ ਹੰਸਾ' ਦਾ ਜਾਪ ਜਪਣ ਲਈ ਵੀ ਆਖਦੇ ਹਨ:

ਨਾਨਕ ਸੋਹੰ ਹੰਸਾ ਜਪੁ ਜਾਪਹੁ ਤ੍ਰਿਭਵਣ ਤਿਸੈ ਸਮਾਹਿ॥

(ਵਾਰ ਮਾਰੂ ਮ: ੧, ਪੰਨਾ 1093)

-4-

'ਸੋਹੰ ਹੰਸਾ' ਵਾਲੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ, ਭਗਤਾਂ ਤੇ ਫ਼ਕੀਰਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ ਕਿਥੇ ਗਈ? ਉਹ ਸਭ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਸ਼ਾਹਦੀ ਭਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਦ ਹਉਮੈ ਹੈ ਸੀ ਤਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਤੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਰੱਖਦੀ ਸੀ। ਹੁਣ ਜਦ ਨਾਮ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਘਰ ਕਰ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਕਿਤੇ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਅੱਗੇ ਹਉਮੈ ਸੋਚਦੀ ਸੀ ਕਿ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਉਹ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਹੁਣ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ:

ਸਭ ਕਿਛੁ ਕੀਤਾ ਤੇਰਾ ਹੋਵੈ ਨਾਹੀ ਕਿਛੁ ਅਸਾੜਾ ਜੀਉ॥

(ਮਾਝ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ 103)

ਸਾਰੇ ਭਗਤ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਸ਼ਾਹਦੀ ਭਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਉਮੈ ਅਧਿਆਤਮਕ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਰੁਕਾਵਟ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਚਲੇ ਜਾਣ ਨਾਲ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲਣ ਦਾ ਸੰਜੋਗ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਭਗਤ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ ਫ਼ੁਰਮਾਂਦੇ ਹਨ:

ਜਬ ਹਮ ਹੋਤੇ ਤਬ ਤੂ ਨਾਹੀ ਅਬ ਤੂਹੀ ਮੈ ਨਾਹੀ॥
ਅਨਲ ਅਗਮ ਜੈਸੇ ਲਹਰਿ ਮਇ ਓਦਧਿ ਜਲ ਕੇਵਲ ਜਲ ਮਾਂਹੀ॥

(ਸੋਰਠਿ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ, ਪੰਨਾ 657)

---

8. ਸਰਮਦ ਦਾ ਕਤਲ 1661 ਵਿਚ ਹੋਇਆ। ਉਸ ਦੀ ਕਬਰ ਜਾਮਾ ਮਸਜਿਦ, ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਲਾਗੇ ਹੈ।

ਭਗਤ ਸਧਨਾ ਜੀ ਦੇ ਬੋਲ ਹਨ:

ਮੈ ਨਾਹੀ ਕਛੁ ਹਉ ਨਹੀ ਕਿਛੁ ਆਹਿ ਨ ਮੋਰਾ॥
ਅਉਸਰ ਲਜਾ ਰਾਖਿ ਲੇਹੁ ਸਧਨਾ ਜਨੁ ਤੋਰਾ॥

(ਬਿਲਾਵਲੁ ਸਧਨਾ ਜੀ, ਪੰਨਾ 858)

ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਵੀ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੋਲ ਬੋਲਦੇ ਹਨ:

ਜਬ ਹਮ ਹੋਤੇ ਤਬ ਤੁਮ ਨਾਹੀ ਅਬ ਤੁਮ ਹਹੁ ਹਮ ਨਾਹੀ॥

(ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਪੰਨਾ 339)

ਉਹ ਹਉਮੈ ਜੋ ਕਦੇ ਜੀਆਂ ਉੱਤੇ ਰਾਜ ਕਰਦੀ ਸੀ, ਇਹਨਾਂ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਦੀ ਪੁੱਜੀ ਹੋਈ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਕਿਤੇ ਨਜ਼ਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਉਹ ਦੂਰ-ਦੁਰਾਡੇ ਭੂਤਕਾਲ ਵਿਚ ਹੀ ਕਿਤੇ ਅਲੋਪ ਹੋ ਗਈ। ਉਹ ਤਾਂ ਲੇਸ-ਮਾਤਰ ਵੀ ਬਾਕੀ ਨਹੀਂ ਬਚੀ। ਪਿੱਛੇ ਝਾਤ ਮਾਰ ਕੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਭੈੜੀ 'ਮੈਂ' ਪਰਮ 'ਤੂੰ' ਨੂੰ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਸੀ ਲੱਗਣ ਦੇਂਦੀ। ਹੁਣ ਜਦ ਇਹ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ 'ਤੂੰ ਹੀ! ਤੂੰ ਹੀ!' ਦੀ ਅਵਿਰਲ ਧੁਨਿ ਆਪਣੇ ਆਪ ਲੱਗਣ ਲੱਗ ਪਈ ਤੇ ਲੱਗੀ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ 'ਤੂ ਤੂ' ਕਰਦੇ ਨਿਹਾਲ-ਨਿਹਾਲ ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

ਤੁਮਰੀ ਜੀ ਅਕਥ ਕਥਾ ਤੂ ਤੂ ਤੂ ਹੀ ਜਾਨਹਿ
ਹਉ ਹਰਿ ਜਪਿ ਭਈ ਨਿਹਾਲ ਨਿਹਾਲ ਨਿਹਾਲ॥

(ਕਾਨੜਾ ਮ: 4, ਪੰਨਾ 1296)

ਇੰਡੈਕਸ